লোয়না অমসুং লায়য়েং

মায়বা অমসুং মায়য়েং

অইবা :

এস, চন্দ্রমনি সিংহ

খোয়াথোং ইম্ফাল।

পুস্তক অইবগীনি

মমল লুপা : ৫

অফোঙবা —

শ্রীওইনাম মণি সিংহ

শিংজমৈ খোঙাম লৈকাই।

কোপী - ১০০০

শোক ১৯৮৬ ইং

নম্থম—ঙি মনিপুর গীতা প্রেস, শিংজমৈ বাজার

য়াওকম ভাকপা

১বা শরুক

হীরম — লমায়

১। হকচাং মবা — ১-৪৭

(i) তাম (মহাক) লমায় — ১২, (ii) অনাবা কহন-নবগী হৌজিক্কী উপায় লমায় — ১৬।

২বা শরুক

২। পুক নাম্বা, থিনবা, কেকপা ১-৯৬

(১) এবসোস (অপোপ্পা) — ৫, (২) উরিং — ৮, (৩) এগালেকসিয়া (খোম থোক্তবা) — ১১, (৪) ঈদা আলকালি হেনবা - ১৩ (৫) এলোপোসিয়া — ১৩, (৬) ঈ অকংবা — ১৪, (৭) কুমলায়না ওইনা ঈ কংশিল্লকপা — ১৫, (৮) তাইকেং-তাইবা লায়না - ১৯, ৯) থবাক নাবা — ১৯, (১০) শৌথ শোকপা — ২৪, (২১) খোন শিথবা — ২৬ (১২) এপোপ্লেকসি — ২৭, (১৩) এপেন্দিসাইটিস — ৩২, (১৪) ঈ উত্তোং নাবা — ৩৮, (১৫) তাং-চীকপা, পোমথংপা — ৪১ (১৬) এজমা (হয়া) — ৪৩, (১৭) যাং নাবা — ৪৭, (১৮) কোক তাংবা — ৪৮, (১৯) কমুংদা ঈশিং চংশিনবা — ৫০, (২০) থগেবা - ৫১, (২১) নাপু কাবা — ৫২, (২২) মাদয় নাবা ৫৪

(২৩) ব্লদ প্রেসর (হায়)-৫৯, (২৪) লো ব্লদ প্রেসর—৬১ (২৫) শরুগী লায়না ৬২, ওষ্টেওমাইএলিটিস—৬৫, (২৬) খোঙ কোনবা ৬৭, (২৭) থোপকী লায়না-৬৯, (২৮) থোগ্না পোম্বা—৭২, ২৯) খোমদা হৌবা-৭৪ (৩০) ব্রোংকায়টিস-৭৮, (৩১) ক্রোনিক ব্রোংকায়টিস ৮০ (৩২) বাগী ব্যুবো-৮৩, (৩৩) কেন্সর-৮৫, (৩৪) লৈগী কেন্সর—৮৮ (৩৫) থবাক্কী কেন্সর-৮৮, (৩৬) ইউটরসকী কেন্সর—৮৯ (৩৭) চীন নাবা-৯২, (৩৮) খোই মহুম-৯৩, (৩৯) চীনলৈ পোকথোকপা—৯৫, (৪০) হেক হেক বাখবা—৯৬।

লায়না অমসুং লায়য়েং

হকচাং ফবা

পৃথিবীগী মনুংদা হৌইদগী লেম্না ঈনাক-কৈরাক খুনবা দুপাদু মশা কল্লবদি লাইরবা অমা অদুম ওইদ্রিবনি। হকচাং ফবা হায়বসি কদাইদ্দু লৌবগে? অথাং কনবগী পাঙ্গল অমসুং অনাবা চংহন্দনবগী পাঙ্গলবু হকচাং ফবা হায়না খংই। হকচাং ফবা হায়রবদি অহানবদা হাউ, পরোয়া, কিচনী, অাংগৌগুম্বা অক্রুবা থবায় পুবা ইন্দ্রিশিং অসি নাদনা মশা ফনা থবক তৌববু খংই। অনিশুবদা ইন্দ্রিশিং অসিনা পুম্না কনা থবক পুমিন্নববু খংই! অদুদি মী পুম্নমক মশা ফবা য়াবরা? অওইবমক মরাইবক লৌত্রবা থরা নত্তনা অয়াম্বা মীওইন মশা ফবা উম্মী। থবায় পুরিবা ইন্দ্রিশিং অসিগী মসুংদা অমা নত্রগা অমা শককম হেংনা শোকপ্রবা মীওই থরা অদুদি মহৌশাগী ওইবা নিয়ম পুম্নমক কায়দনা ইল্লগা মশা কনংহন্দুনা অমসুং ঈ শেংহন্দুনা অদুগা হকচাং মাওননবা লমচৎ পুম্নমক থ'দোক্লগা শোকইবা ইন্দ্রি অদু পুমক কহনবা উমপ্রবস্থ অশোকপা অদু কেজিনহন্দনা ইন্দ্রিশিং অদু কনা থমচুনা মতম কুইনা পুন্সিহনবা য়াই। খুদম ওইনা—মীওইবগী ইন্দ্রিশিং অসি কয়াথকুম চেকশিন্না ঊশন্না লেখিরকপগে হায়বদু—মীওইবনা অমুক মোমাংমোত তৌদনা

পূন্সি অমা চৎননবা শেম্মীরক্লবনি। মচুগী মপুংদা অরুবা ইন্দ্রিমথৈ অমা শোম্ররগা অমনা পুজবা য়ানবা অনি অনি শেম্বিরকই। মীং অমা তাঙলগা অতোপ্পা অমচু শিজিন্নবা মৈ অনি জোরা শেম্বিরকই। কিডনী নক্ত্রগা খবোম্বী অমা নারক্তুনা তংখাই অমা লৌখোকত্রবা মচুংদা অতোপ্পা কিডনী নক্ত্রগা খবোম্বী অচুম্ব নারক্তুনা লৌখোকত্রবা ফাওবদা, মাপ্পা লেমথেংবা কিডনী নক্ত্রগা খবোম্বী তংখাই অচুতনা হকচাং ফননবগী মহৌশাগী নিয়ম অমত্তা কায়দনা চৎতুনা ঈ শেংনা থত্রবা অচুগা অতোপ্পা ইন্দ্রি কয়া শোকহন্দনা হিংবা হৈরবদি, মতম কুইনা হিংতুনা মুংঙাইনা লৈজবা ঙমহল্লি। মসি য়ৌনা শোকত্রবা ইন্দ্রি কাওবনা মী অমবু কুইনা পুন্সিবা য়ানবা থৌজাল হৈরবা ঈশ্বরনা মী-ওইবগী অরুবা পুন্নমক শেম্বিরক্লবদা ইন্দ্রি পুন্নমক মশা ফরিবা মীওইনা কবিগী মশা ফতুক্ম থোকপগে? মশা ফত্তবা মীওই অমনা মহৌশাগী হকচাং ফনবা নিয়ম কয়া ঙাক্না চঙ্গুনা মশা ফগৎহনবা ঙম্মী। মহাক্না মশা ফনবা চৎলকপা নিয়ম পুন্নমক অচু মখাকথক্তা অমুম লোইখিডুনা মাংখিবা থক তৌদে, মহাক্না চচ্চরকপা নিয়ম অচু চারোল-শুরোল মথং মথং লৌখৎনরক্তুনা পৃথিবীগী মপুংদা লৈরিবা মীওইবশিংগী লমজিং মৈরা ওইনরি। সেন্দো, মেসিক্ অমম্ভুং রামমূর্ত্তিনচিংবা কয়া অনাবা অঙাং ঙাক্লা ওইরম্বনি। মখোয়না মখোয়গী মশা ফননবা পুখোকচরকপা মশা ফননবগী নিয়ম কয়ানা ঙসি মীওইবগী মপুংদা মশা ফত্তবা কয়াগী মশা ফননবগী লমজিং ওইবিরিবা অসিনি। হকচাং

ফত্তবা মীওই অমনা মশা ফনবা হোৎনরকপদা ফংলকপা জ্ঞান অত্রমসু মশা অত্রম ফনা থম্বা ঙম্নবগী জ্ঞান মথং মথং ফংজবা ঙমহৌদ্রি। জ্ঞান অত্র কয়িনো অমসুং করম্বা তানগনি হায়রবসি নৈনফম থোকপনি।

বনার্দ মেককেদন মশামক টি-বী হৌবা অচাং ওইরম্মী। মশাগী থবোক্তৌদা টি-বী ফখিবগী দাগ লৈ। মশা মতোমতনা লাইয়েংজনা অনাবা পুম্নমক হোকফনবদ নত্তনা ঙসি হকচাংগী মরমদা নৈনরকপদা পৃথিবীগী মশা ফরিবা অমসুং ফনিংবা অকল-অথৌ হকচাংগী মরমদা অহৈ অশিং ওইরিবশিং অসি মতোন্দা লমন তোম্লবা ঙাক্কনি। মহাক অসি হকচাং ফবা অমসুং নাদ মেক্কনবগী মৈরা পুবা গুরু অমনি।

নাব হায়রবসিবদি মীওইবা-জাতিগী মপুংদা মশা ফবা, ফন-থবা মীওই কয়াদসু থোকপনা অশিংবা মীওই খুদিংমক্না মশা অমসুং মাগী ইমুং-মপুংবু অনাবদগী কম্বা অথুবা থবক লৌখৎচনবা হকচাং ফনবগী মপুং ফাবা জ্ঞান তানশিনগদবনি। অনাবা মী অমদা লায়না অসে অচকপা অমা ওইনা থোকই, অঙ্গপা শিরগত্রা হায়না খল্লকপা মতমদদি অকিবগী মশক ওইরকই। মীপুম খুদিংদা মতেং নিবা হৌরকই। পঙবা অমসুং কিবদগী কয়স্বনা খ্বাইদগী ফবা মতেং ওইগদগে লেপ্পা ঙমজদে। চাওখৎলবা ডাক্তর-শিংনা মসিবাইদা চঙক্লরি। হিদাক নত্তবা অতোপ্পা মরম কয়ানা হেম্না লাইকোক্লবগী মতেং ওই হায়না খল্লবা ডাক্তর থয়দি

মায়পা মায়পা ওনশিন্নদুনা অনাবা মশামক্তা হারাওবা শংবা হৌবদা মশাগী অনাবা ফবা হৌরকই। অসুম্না অনাবা ফংদুনা মখোয়না লায়য়েংবীরিবা মীওইশিং অদু হিদাক য়াওদনা ফজবা ওংদুনা মশা কন্নবা লম্বীরোমদা লাকচবা ওমশিল্লি। হকচাং অসি মতোমতা চুমথোকচবা যন্ত্র অমনি—খুং-থোং লেক তেকপদা অহৈবা ডাক্তর অমনা তৌবা ওয়সি করিনো? তেকইবা শক অদু মফম চানা লেওদনা থম্বিবা ফাওবদনি। লেমহৌরা হবক অদুদি নেচরনা তৌবনি।

প্রকৃতেঃ ক্রিয়মানানি গুণৈঃ কর্মাণি সর্বশঃ।
অহংকার বিমূঢ়াত্মা কর্তাহমিতি মন্যতে॥ (১১১—২৭)

প্রকৃতি হায়বদি মহৌশাগী মগুণশিংনা থবক পুম্নমক অসি তৌজবনি।

নাপনতনা পঙথোক্লবা মীওইনা ঐনা তৌবনি হায়জবনি।

মফম চানা থম্বিরবা মতুংদা শক অদু মতোমতা শমজিন নরকপা নত্রা? অসুম্না অনাবা মুংশুং অমনা লায়না অমদগী নাবদা লায়য়েংদি অমা অমা ওইরবসু মতোমতা গঞ্জরকই হায়বসি কাউফদে। অদুনা ডাক্তর অমনা থংইদগী মকওংনা তৌকম থোকপসি চকচাং অদুনা মতোমতা ফজরক্লবগী লিংচম অমা পুরক্লবদা পীবা ফাওবদং ওইগদবনি। অদুগী মথক্তা অনাবা ফনবা লায়য়েংগী থাইদগী ফবা লম্বীদি অনাবা অদুদগী হৌকম অদু থংবনি। অনাবনা সুংচাইতরিবা অমসুং থিল্লি-য়েরিবা, চিল্লি-নারিবা অদুনা করি হায়রিবনো হায়বা কনানসু লেংনা

থংদে। করিগুম্বা কান্দা অসিগুম্বা খুদম অসি খুদোংথীবগী খুদম (Danger signal) ওই। অয়াম্বা মতমদদি চুম্বগী মতৌশাগী ওইবা চুমথোরবগী ওইনা। পিরকপা খুদম ওইনা লৈই অচুম্বা তিংনবগী নিয়মদা চেৎনগা অচুম চুমথোকপা য়াই। য়েন্নবু কিকপবদি য়েন্নবগী মপাঙ্গল য়াম্না হেনগৎহনবগুম অনাবগী খুদমশিংদা চেক্তুন্না বিরকপদি মতুংগী ফত্তবা অকিবা কনা শোকহল্লি। হকচাংদি মতোংমতা (অনাবা) ফজবা অমসুং মতৌমতা চুমথোকচবনি। লায়য়েংবানা হায়দুনা হকচাংনা ফজনবা চেৎচরকপদা থোক্লৌবা পিনব। লায়য়েংবনা অনাবা চেক্তুনহনবা অমি ওথোংথ ওথোংমন থেংনহল্লবনি মতম অসিনা শংদি শংদিব লায়য়েং শং চেকশিনবাসি লায়য়েংবগী মিৎদা মতৌশাগী নিয়মশিং খং লৌশিংবনি। লায়য়েং লৌশিংবগী লায়কোয়রবদ থোং-লৌশিন্দুনা অদুবা থেংনহনবা তৌকনি।

নিংথৌ নিং অসিনা থাংজবাস অনাবগী হৌনশা থংনবদগী থেংনবনি। 'নাবা লায়বসি করিনো' হায়বসি ওশেংনবক থাংলবগী ... ... 'থনবা উপাই লৈ। অনাবা অমসুং অনাবগী ... ... মতৌশাগী ওইবা হকচাং ফনবা নাদনবগী নিয়ম কায়বথগী হকচাংগী মতৌশাংগী ওন লৈয়ম থেংকপা অবস্থাদগী কাংহেনবা যিতুম অমা লাকপগী ফললি। অদুন অনাব লায়বসে হকচাংদগী ওইবা হকচাংগী থবক্তা ওইরব অমনি লৌবা য়াই। হকচাংদা লৌশিনবগী থবক লেপ্লী, চাবা য়াদে। ভুম্বগী থবক লেপ্লী। নোংইংলেংবগী ভাবত লেম্না চাশিন্দুনা লৈশিনবগী

থবক লেপ্পী। হকচাংদগী কক্ত-হৌদি লোথোক্লবা হোংনরকই। মত্তু লোথোক্কত্রনা হেনগংনা কক্ত-হৌদি পৈশিন্দুনা পৈরবদি শিবা ঙাবনি। অনাবনা মী অমবু মপুং মতম চাদনা হাৎপদি মহৌশাগী ওইবা থুদোংথীবগী থুদম কয়া পিরকপা মতমদা চাশিনবনা মরুনি। অতোপ্পা হকচাং মাঙনবা লমচং থাদোক্লদবনি হায়বা থওইদবদগী থোকপনি। অনাবা হায়বসি হকচাংনা হকচাং মপুংদা লৈবা কক্ত-হৌদি শেংদোকচনবা হায়বদি হকচাংগী কা-হেল্লা কক্তবা ফিভম অত্তু কোক্রনবা হকচাংভনা শেমজরকপা থবক নত্রগা উপায় অমনি। মসিবু থিংবিদনা, অহোইনত্রম শেংদোকচবা থবক অসিদা মক্তেং পাংবিরবদি য়ুনমক অনাবা অত্তু ফক্তে। থুদম ওইনা অঙাং অসি যম্ব অহনবদনা শাবা মীওইবনি। চাবা থকপা হেক্তিনবরা অঙাং অর্ংষা নাবনি। মপা শাগংলকপা, ওবা অমসুং থোং শায়, মাংবা য়ুদ্রবদা অহানবমক্তদা ঈশং অশাবা গ্লাস ১/২ পীথকপনা থোনাওদা থুদোনবী থিংজিল্লগা ওথোকহল্লবদি নোংচান্দনা ফবা য়াওই। মপুক্তা লৈরিবা তুমদবা নত্ত্রগা হূ চেল্লবা তুম্নরোইদৌবা চৌজাক অত্তুনা থোইবিন্দা চংগ্রগা পূমত্তুনা লৈত্রবদি চমিং ৪/৫ রোম নাত্তুন লৈবা ঙাবনি। অত্তুনা নায়কপদা, কবিগী নায়িবনো হায়বা মাংজোননা থংবা হায়বসি হকচাং ফনবগী স্তান লৈজবা মীওই পূম্নমক্তী ওইবা মাংজোননা লোথংকদবা উপাইনি। মসিভনা শাথীনা থুদোং থীরগদবা লায়না পূম্নমক্তী চংশিল্লকদবা থোংথাং কয়া কজ্ঞবা ঙমী। অনাবনা নায়িবা মীওই অত্তুবু ঙমনা লাকশিন্দ্রিষ্টৈগী মমাংদা অনাবা

থাওবা ওয়গী পাঙ্গল অহুম্বু থাগৎনিংঙাই ওই । মতুঙনা অরাবা কোঙ্গাই অমা কনবা ওমই । অপু অকাই পুস্তক কয়বা চানবা চৎপা ওমই । হাইবদি— চানিং থকনিংবা পোক্তবা মতম, তম্লবা হৈনিংঙবা হকচাং অসি উতুপকুম্না থম্লকপা, মাংবা য়াশিন্নক্তবা, শাওগল্লবা, ইফিং ফিংলবা, তুপা য়ারক্তবা, কোক ঙাওরবা, য়াম্বতুনা ঙাংবা মুংঙাইথিল্লবা খুদমশিং অসি হকচাংদা ফাওরকলবদি মুংঙাইত্রবা থিবিক অতুগী চৌফম মরু কয়েনো হংইবা থংদোকফম থোকপনি । চাকয়াম চাশিনব ভান্দ্রা চারুবা ওইরবদি চারা অমা অনি হেন্দোকফম থোকপনি । লাইরুবা মতমদা চাফম থোক্রা? ঈশিং থকমন্দ্রগা ঈশিং থরা হেন্না থকফম থোকই । শা, ঙা য়াম্না চাশিল্লুবদগী তৌরকপা ওইরগা মনা মশাং কোবী, শলাদ থবী, শিংজুগুম্না পোৎশক্না হেন্না, চাক হরাউ থরগা চাদুনা লৈরগা মফম্বনি । মশিং মরাং অহুনা হেন্না মাংথোকহল্লকই । নোম্বা থোৎপা থরা রাৎলগা শাজেল অরাইবা থরা তৌব, নত্রগা শিংজং য়োৎ থরা পাইরগা অতুম মফম্ফিবনি । মতু পুস্তক ওমক্রগনু চাং নাইনা থরা শাংনা কোইথোক্লগা নাওপোল্লবা, হৈনিংদবা য়াথল মুংঙাইতবনু পুম-কোক অতুম কোকচগনি ।

অয়াম্বা মীদি মশা মশাগী অনাবা অতুগী হৌরকফম থিবদা থংবা ওমদে । মরমদি মতু পংবদগী থোকপ নত্রে, মপুং ফাবা ঙান ফংদবদগী হায়বদি "থক্তিক্তং থংবসি খুদোং থিনিংঙাইনি" হাইবতু মফম অসিদা থোকপনি । পংবদগীদি অতোপ্পা তৌবগী

ওইবা জ্ঞান্না হন্চাংগী রাফমদদি কাল্লবা কেল্লি। থাংনা মমাংদৈগী মীওই অমসুং শা শিং দি অনাবা ঙাংকখোকপগী রাফমদা অতৌন্না জীবগী ওইবা জ্ঞান্না, কৌক্তিকী জ্ঞানদগী কেন্না শোইদবা কেল্লি। মসি পুম্নমক কদাইদগী থোকপনো হায়রবদি 'সিভিলাইজেসন্ন পুরক্লবা ঐখোইগী 'এনভাইরনমেন্ট' হংসনা পুরকপা জ্ঞান অমসুং মীয়ামগী ওনা শেম্লকপা রাখম (Opinion) শেমশিনবা ঙা মতেং কয়া কয়া হংসিনা মীওইবা ঐখোইবু অয়াংবা অসে তানা তংখাই অমতা ফংহল্লি। মসিগুম্বা অবস্থা অসে কোকহয়রগী মরমদি জ্ঞান য়াম্না তানশিনবনি — নৈং, নোংশা, তুই কাংহবনা কুম্লমদাইদা যোংশোং অদুগী মথক্তা কোইনা কোইনা অলুম-মরিরক চংলগা কুল্লি। মসি কদিগীনো? কুনগদৌরিবা মফম অহু অকুং অতোং লৈরিবা, চিংথংলৈরক্রা, লিন লৈরক্রা হায়বনি। পুম্নমক লৈত্রগা কুন্দনা তুম্মি! মীওইবদি মমাংঙব শাদা চেংদনা তম্মিরকপা অসিগুম্বা থংনবা শা-গী জ্ঞান অদুসু কাউথোকপ্রে। মসিদগী তাইবং মীনা খুদোং থিবনি। অনাবমখুদা অতোঙ্বা জীবনা কমদৌই। শানা কেক নাবদা কদিগুম্বা অমতং চংকে। হুই, কৌদোংনা নাহগা নাপী থক্লা চাশিন্নগা মপুক্তা নৈতিনা পুম্নমক কোইনবা হখোকই। অদুদগী য়ুমথক, নৈচোংগুম্বা মফম অংদা লুংশা য়ু ইতুনা তুমহনা নৈংখোকই। তুংশা কোয়াং-লগা ঈশিং থিডুনা থকই, অদুদগী উমুংদা তুংথৈ চানবা চাশিনবা পোকলবা মতমদদা চাবা কৌই! চাহথংলবা জাতি কয়াদি মসিমক তৌনবা ঙাক্তনি। অদুবু চাদ্রগা শি, চাবদনা শিংগল্লিবনি

হাইবা থাবল্ অসিনা পাঙ্গল যহবা চাশিন্, হাইবসিদা ভাববই। মসি কল্লিভবা কান্দা চুমই হাইবসি ভাব অমদনি। অতুগা ভগোংবদি ভবাই অমত্তা চুপা হাকল্লি। নাহবা মতমদা চহী বেহদি ভোদবা য়াদবনি। মতমদি হেন্না থবক লোমহুনা ভোইফ-রবা ইঞ্জিনিং অদু থবক লেপহন্দুনা হকচাংগী ভোকম থোকপা থবক পুংমক থেক্লা যচনা, কেন্না থবক থৌভবা ভময়লি। চহী হেন্দুনা পুক অসে বুইনা পোশাকবা মতুংদা চাক চারকপদা পুক অসিনা য়াম্না নিংথিজনা তুমহুনা ভিজাক থজিজনা উ নিংথিজবা শেম্বা ভমই। তুমলসি চান্দগী থৌরগা পুকলোমবা চংলগা থোইদ্রিন্দা লোইবানি। পুক অমসুং থে ইহিন্দা চৌজাক পুম্নমক পুমহুনা লৈরবদি হকচাং পুম্নমক হুনা চাইহুনা লৈ। মী মহাক অত্তুগী লমচৎনা হকচাং অপুম্বা হুনা থম্মা লৈবা ভারবদি নোংমা নত্রগা নোংমদি য়ুম শেংদোকপা লৈকাং কহবগী ভাব লাকপা ভাবনি। অদুনি অনাবা হাম্দ্রিবসি। হকচাংনা হেক পুবা ভশ্রিবমথৈ মস্তৌদি অসি হকচাংদা পৈশিনবদা মতৈমদা ফিংবা য়ারক্তহুনা ইহৈ-হৈনিংদবা ভক্টবা, চোকথবা, থবক মচা অমা ভৌবদা পাঙ্গল পুম্নমক শিজিন্নবভম থোরকপা অসি হকচাং অপুম্বা হুনা চাইত্রে হাইবগী খুদম কংলকপনি। ঈশা দরকার ওইবা পোৎচং পুম্নমক মাঙহত্রগা কস্ত-হৌদিনা হকচাং পুম্নমক থনত্রে হাইনা খ নগনি। মসি পুম্নমক কদাইদগীনো? থোইহ্রিন অসি কস্ত-হৌদি অপুম্বনা থনত্রে, ফুনত্রে হাইবা ভাকপনি। করি ভৌরগা কগনি? অপোবা পোৎ পুম্নমক চাদবা ভাই। হৈ মহি কমলা, চম্প্রা,

কিহোমগুম্বা সাইন্স শাস্ত্রগী হৈ-মহিদা থক্কুনা লৈথোকপা ঙাই। মসিগী মথক্তা ঈশিং য়াম্না থকপা ঙাই। থোইরিন পম্পা-পুমথবা অতৈ মসিদনা ফংনগনি। পুক অসি পুমশেং শেংদোকনি। মহি য়াম্না পামলকনি। পুক্কী হকচাং অনিমক সুংডাইরকনি। অনাবা হৌগংলকপা খুদিংনা সুমিং ২/৩ দি অসুম্না লৈথোকপদা শাথিনা নাগদবা লাইনা পুম্নমক কোকথিগনি। মসুম্না অনাবা কয়া ফবা ঙমলগা অনাবা অয়াম্না নিয়ম অসিগী মথাদা মশাগা চাননা চংলগা অনাবা ফবা ঙম্মোইদবগী মরম লৈতে। অরুবা লাইনা, হেঞ্জিনগ্রবা অনাবা কয়াদি হৈশিংবা মীগী ওইনা থমলবসু হকচাংগী কক্ত-চৌদি শেংদোক্লবা মাংওইননা চরা থর ঈশিং নংগা হৈ মহিদা থকতুনা লৈবনা ফনবদা ভেংবাংহল্লি হাইবসি কনানসু ককপা য়াদে। অতুনা অনাবা বেংবদা থরাই পীরিবা অশেংবা সুংশিৎ, ঈশিং, সুংশা অমসুং অতৈ অচৌবা চিংনবগী পাঙ্গল, হেলগংহবা পোৎশক কয়া শিজিন্নদুনা হকচাংবু ফগংহন্নবদা মচেং পিহন্দুনা লায়না কোকহনগদবনি। হৌজিক্কি চাওর-চাওদবা ডাক্তরগী মতম্তু হকচাং অসি মতোমতা অনাবা ফনবগী পাঙ্গল লৈতে হাইবসিমসু য়ারবনি। হৌজিক অয়াম্না মহৌশাগী ওইবা অমসুং ফিজোলোজিকেল ওইবা নিয়মশিং অসি কৈ হায়না য়ারবনি অদুগা অনাবগী খুদম অসি য়ৈশিনহনবগী লাইয়েং য়ানরক্কে। অনাবগা লোইনবা খুদমশিং অসি ফহনবগা লোইননা ভগ্না ভগ্না হকচাংগী থবক অসে হেনগংহন্নবা লাক্লম্মী। লাইয়েংদসু চাওথংলকইবা ডাক্তরশিংনা চহি খুদিংগী লায়য়েং হোংলকই।

মপুং ফ'রবা মেডিকেল গ্রেজুয়েট অমত্তা লৈত্রি। নিংতিগী ভমথরি পাক-চাওনা থেংনরকপা অনাবদগী ফংলকপা হ্যাক্নগী অনাবা পুম্নমক্কা ক'রবা ফ'ই। অদুকী মতিক পাক চাওনা লাইরেংবা ফ'বা ডাক্তরশিং'না 'কনজার্ভেটিভ' ওইরক্তে। হকচাং অসি মতেং'মতা চুমথোকচরকপা কজরকপা অদি'বা পে'ংগক অমনি থংলকই। ডাক্তর অমত্তনা ওসি ফাওবদা হকচাংগী ওইবা থোংচত্তা মতৌ করম্না হকচাং ফগংহনবা হাইব' থোংচং অসি মুম্না থঙতুনা নিংথিজনা হায়দোকপা উমদ্রি। মরম অসিনা হিদাক য়াওদনা লাইয়েংবা হায়বা লায়রেং অসি পিবদা ডাক্তর অহৈব শিংগা ওয় হৈতনবা নঙ্গা কনাওমশিং'গী লায়রেংবগী লমদা নিয়ম কাইনা নিং'শিংরবগী ভাব লৈতে। অসিগুম্বা লায়রেং য়েংনপ্রিবা, লমজি নবস্ত লৈজনবা মীওইনা নারবদা অমুম্না তৌবিয়ু —

চরা অমা অনি লাবজিকাওবা হেন্দোকপিয়ু। মুংশিং অ:শং'বদা মীহুংথোং হা'দে'কপিতুন' অযুক মুংথিল, মুমিদাং লৈবিয়ু। এনেমা তৌতুনা অবা'বা লৌথোকপিয়ু। মুতিগী মচেং-মচেং ঈশিং লুম্বু-লুম্বু শাবনা চামতুনা উনশা শেংনা থম্বিয়ু। ঈশিং মরু' ক'য়গ। থকশিয়ু, কমু'দা হিগুনা পোথাবিতুনা লৈবিয়ু। অংগা হকচাংগী অংহা মচু' ইমা শাজেল অয়াইবা তৌবিবা য়াংগ তৌবিয়ু। মসিমক 'ফিজিওলোজিকেল' ওইবা লায়রেংগী যুমফম্নি। অনাবা থুদিংমক্কা মসিনা মাংহনা তৌরোই। অংশংবা কারবা ওইগনি। মসিগী মথা চংথরকপদি পীজরক-দৌরিবা লায়না অমসুং লায়রেং কুপনা নৈনবিয়গা ঈশিং,

শ'জেল, চিঙ্গাৱী মতোং মুক্ত হেংবিরগা মশা-মশাগী শায়না থংনা মশাবু যনবা মশাওনা মথোং পিনবা তোংনবিয়ু।

জার্ম (মহিক)— ঐখোইনা চারি থকইবা পুক্ষক অসি হকচাং ফনবগী অমসুং ফত-থৌদি য়াওখিবনবা লু-তেকবা তোংনবা চুমই। ঐখোইগী ভকোইবদা মহিক্না থম্না লৈরিবনি। ভাবজা হেক চাবদা অনাবা অমা নক্লগা অমা পোকহন্নকনি। ঐখোয়না স্বর তোনবদা মশিং নাইদনা মহিক মতাং মীৎনা ডান্না লাক্ষ লাক্ষ হোঙ্গিল্লি চাবদা য়াওই। অদুবু হকচাংদা জার্ম লাৎনবা উপাই কয়া লৈরিবনি। চিক-না [Saliva] চিল মৌরকপা জার্ম কয়া হাৎলি। পুক্রী পেত্রিক এসিদনা মহিক কয়া হাৎলি। ঈদা চংখিবদা জার্ম লাৎননবা হ্রাইট কোরপোসল কয়া লৈরি। অমুম্না মতৌশাগী ওইবা 'এনটি সেপ্টিক' কয়া হকচাং মপুংদা লৈরিবনি। উকশানা কাহ্রিবা শেগাইত্রিবা ফাওবা জামনা মপুংদা চংবা থক ওমদে। হকচাং মপুংদা লৈরিবা ম্যুকস মেম-ত্রেন পুক্ষক অসি ভশোকপা অকাইবা, পল্মদুনা শেগাইবা খোক্তুবদি জার্মনা ফাওজিনবা হক ওমদে। মেমত্রেন পুক্ষক অসিদগী খোকপা হস পুক্ষক মহিক লাৎপা ঙম্বা হাক্কনি। হ্রাই পুবা ইন্দ্রি পুক্ষমক মশা ফত্রবদি জার্ম অমত্তা চংবা ওমদে। জার্ম হাইবসে হকচাং ফত্রবদি চংবা ওমদে। মহিক চাবা চিঙ্গাক, ঈশিং অরবা, অশেংবা মুশিং-মুংশা, শাজেল, পোঙ্খাবা ভুবা অমসুং হকচাং মরাই ভাবা য়াবা লমচৎ থাদোকপদনা হকচাং কহল্লি। অদুনা হকচাং মাংবা লাইবা অসিনা লাইজোবদনা

চিঙ্খং, ঈশিং কণ্ডব', শেংদনা পুংশিং, পুংশা কাদব', অহনবা', পোগাৱবা', ভূমদবা, কাহেনবা থবক কয়া অসিনা মীগী মশা ফংহন্দে, মহুতদা মখিক অসি চংলকপনি। অংতা পাইরগা মী শিবা নত্তে, মী শিরগা লংতা পাইহনকপনি হায়দসি মী পুম্বরা থংনকম থোকই। মী শিহনবদা মকু থোংবনি। মকু থোংলগা মী অমত্তা শিবা য়াহদে। হকচাং অসিদা মহৌশাগী ওইবা নিয়ম অমসুং পোংশক্না ফংবা লাইবিয়ু, অহং পুম্বা লৈরিবা কর্ম পুম্বমক্তা নোকশিন্না য়াগনি। অমনা থোচংদুং চোংবা কিবা মপান্দা পুংশিং পুংশা লাবা', অচাংবা কিন্দুনা মপ্পা লৈবা' অসিগুম্বা অস্থ-বিশ্বাস অসি থংদোকপীগদবনি। মরমদি হৈতেন্দা মকি-মরোল য়াওদনা উফুল, হৈথোম, ঈশিং মহক্তা পংথা-থাদোকপা অচাংনা অনাবা য়াওদনা মশা ফনা লৈরগা, থিনা য়োমশিন্দুনা থম্বা পুংশিং-পুংশাদ' নোংমত্তা পুথোকপীদবা অচাংবনা মথোচ-মথুং ঈশিং অমুক্তা চোৎপদা লোক থুংই, শাগংলি। মরমদি পুম্বমক অসিদা হৈনবনগদবনি। কন'গুম্বা ডাক্তর অমনা হায়খি “নংগী পশা পুম্বমক নমাই ঙাক ওলংল্ল।” পুংশিং পুংশাদা মায়না মতম পুম্বমক্তা লেবগুম হকচাংগী উনশা পুম্বমকস্তু পুংশিং-পুংশাদদা লৈগদবনি। উ বানা নোংসু-পুংশা থাক্তনা লৈবগুম মীওইবস্তু পুংশিং পুংশা থাঙবা ঙমনা (hardened) লৈগদবনি। ঙা ফাবগী মচাশিংনা ঈশিংদদা লৈ, শঙ্গেন নবানা পুংশিংতদা লৈ, লোক থুংবা মশক থঙদে। বেঞ্জামিন ফ্রাঙ্কলিনা লোকথুংবা অমসুং লাইথোকপসি পুংশিং হৈহন্দুনা থদনা কদনগনি হায়।

তুম্বা য়াদবসি মু শিং অঙাংবনা হকচাং অসি ফি যাওদনা কয়দুনা লৈরগা চঙশিন্দুনা তুম্মা লেক্ত তুমজখি হায়। ইমুংদা লৌবা মনা-মশিং অমত্তা নিংথিজনা ফিবা ঙমদে উরুম হৱাইমচেংদা হায়না ইপা-ইপুনা পি থারকইবা, লোক্পুংদা লৌবা উ কন্দে, চৌংলাইবক্তা লৌবা উ কল্লি হায়বসি মুংশিং মুংশাগা মরি লৈনবগী রাফল্লি।

অনাবা হায়বসি অমত্তনি। মাল্লদনা উদিবসি হকচাংগী মনুংগী থবক লোংবদগী নত্রগা লেংপ-লেংপ্ল থুদোংখিব থেনবগী রাকমদনি। হকচাং ফনবগী বিস্তা মপুং ফানা থঙদবা অমদি অনাবা ফহনবগী সাইন্স নিংথিজনা লৈরবদি, হকচাং কনব অমত্ত অনাবগী মহৌশাগী ওইবা নিয়ম পুম্নমক থংবা ঙমগনি অদুগা অনাবগী থুদম পুম্নমক করিনো হায়বা ঙমগনি।

অনাবা হায়বা অসি হূরানবা অমনা মুংদাংদা শঙুম লৌবঙুম, খোংদনা তাবা রকঙুম যাংক্লোননা তাকুনা লেকপা ফিংচাবা অমঙুম তাইবঙসিদা চোংশিল্লকপা নত্তে। মরিক-মনাই-চার্মনা লুমহুনা লৈরগা অকনবা-অশোনবা, মশা ফবা ফত্তবা থাকুনা লেক্পা চোংশিল্লকপা নত্তে। একসিডেন্ট হায়বদি থুদোংথিবা থোদোক নংউবা নত্রগা হকচাং শোক পনবা নত্রগদি অনাবদি নাননবা লম্বীদা থংনা অমসুং থঙদনা চৎচরকপা মীওইদা মশা মত্তোমদদা থোকচল্লকপনি। ঐখোয়না অনাবনি হাইনা লৌরিবা ঐখোয়গী অবস্থা অসি হকচাংগী তোং অমসুং 'সেল'দা মশা ফত্তবগী মরে ওইনা পোকপা নত্রগা মপান্দা উৎলকপা নত্রগা চুম্নগী মচু পুম্নমক

ঙাকখোরবগী হকচাংগী ইন্দ্রিয়শিংগী মতুংদা ইন্দ্রিয় খরগী শক্তি খরা নত্রগা ইন্দ্রিয় পুম্নমক্না পুবা খবকী মতুংদা শক্তি খরগী ঙাক-খোরকবগী হংম্না তৌরকপা (reaction) খবক ঙাক্তনি। অনাবা অমসুং হকচাংগী অবস্থা হেংংলকপদা ভাব অসিবু চুম্থি হায়না লৌজরবা মীওইনদি হকচাং ফজনবা অমসুং ফনা থবা লাইব ঙম্মি। মরমদি অনাবগী তৌকম ওইব পোংশক অমসুং অবস্থা পুম্নমক লোইনা থাদোকপা, নায়খোকপা ঙম্মী। মতৌশাগী ওইবা হকচাংগী খবক কাইরক্রবদা অমুক কাইদনা হৌজিনবা লাইনা ঙম্মি

অনাবা ঙাকখোরবা পাক্লন অসি মী মগী ওইনা য়াম্না তৌই। কনাগুম্বা মীওইদা হিংবদা খাঙজা লানবদা শাথিবা অনাবগী খুদম কয়া থোকপা উংলকই। কনাগুম্বা অমদন লায়রিবা মরম অসিদনা মশিং য়াম্না অমসুং শাথিবা খুদম কয়া উৎলকই। কনাগুম্বা অমদনা মরম অসিমক্তদা অনাবগী খুদম অমত্তা উৎলক্তে। মসি মতম খরগী বানি। লমচৎ অহুনা গোংদনা চৎথরবদা নোংমা নত্রগা নোংমদি শাথিগ্রব লাইনাগী খুদম উৎলকদবনি। হকচাং ফনবগী নিয়ম কয়া চঙ্থরকপদ হকচাংনা কায়বা কায়দব উৎলকপসে মী পুম্নমক্তা মায়দে। অনাবা অমত্তুমি নত্রগা অবস্থা অমত্তা ওইনা উবা মীওইশিংদা হকচাং ফগৎহনবদা চংবা মতম মায়দে। অদুনা অনাবা ফনবা থেংবগী মহুত্তা মীওই অহবু লাইয়েংবা দরকার ওই। মরম অসিনা হিদাক য়াওদবা লাইয়েং মথল কয়া মী থুদিংমক্না খংফম

থোকই। লায়য়েংবগী পাউঙ্গ কয়া লৈরিবা অসি থওবদ নত্তনা পাউগিশিং অদু লৌখৎপদা মখোয়না হকচাং হিংনবগী থবক্তা উৎলকপা খুদম কয়া অদুম থওকম থোকই। চৌখ্রাং, চঙ্গা লেম্বা, শাক্ষেল, ফীশিং শিজিন্নবা পূম্নমক অসিগী অক-ফত উৎলকপা পুক্নমক থওবা তাবনি। মদু মথম চানা উৎলক্লে।

অনাবা ফংনবগী লৌজিক্কা উপায়—

নীংথিজনা লৈবাকমচা তানা পান্নবা মীওইদা ফীমংনা পীনরকপা চহি শুনা পুক্সিনা হিংবা মীওই য়াম্না তাই। মীওইবা অসি অীব অহৈগুম্না শারেপ ফাবদা চংবা মতম অদুগী শরুক মওাদি পুন্সিকম থোকই তুইনা চহী ৩/৪ দা শারেপ ফাই মরম অসিনা চহী ১৫/২০ পুন্সি। তাইবঙমীনা চহী ২১ দগী ৩১ ফাওবদা শারেপ ফাই। মরম অসিনা চহী ১০৫ দগী ১২৫ ফাওবা পুন্সিফম থোকই। করিগীদমক মথুং মতম চাদনা শিকম থোকপগে? 'এক্সপেন্ট' তা শিবা নত্তনা মী পুন্নমক লায়না অমা নত্রগা অমনা হাৎপগুম তৌই। অনাবদগী শিংঙবা পুন্নমক হকচংগী মচুমদা থওবা য়াংপদগী থোকপনি লায়না লোনয়রকই। অসিগুম্না অরাংপা অসি শুপ্নগী লৌখৎপা য়াবা অনাবা লায়থোকহন্না সাইন্স অমসুং অহিংবব কন্না ওস্বা সাইন্সতনা কোকননবা ওমগনি। মশা-মউ ফনা কম্না, পুন্সিনা লৈবসি মীওইব পুন্নমক্কী উচ্চকপা নশানা লৈফম থোকপা ওইবনি হায়বসি নোংমেদি শোয়দনা উনয়গনি। মসিবু ফংকম থোক্কবরা থরকপদা মাংখোশাগী ওইবা নিয়মদগী লরী হাইরোকয়ে থানয়কুনা থিংবা

য়াবা, কোকহনবা য়াবা উপাই হেক্তা থিনখ্রকনি। সত্ব সিদ্ধ অসি হেক থঙবদা অনাবা ফহনবা অসি ইয়াই লাইথ্রে—অন'বা অহূগী হৌরকফম হেক লৌথোকপিবদা হকচাংনা অনাবদু হেক্তা মতাংনগনি। নোংমদি হকচাং ফনবগী অমসুং অনাবা কোয়বগী জ্ঞান অসে পাক-চাওনা জগৎ পুম্বা শংনহল্লকনি। হিংনবগী অমসুং হকচাং ফনা লৈহনবগী, অরুক হয়া হকচাং ফহনবগী নিংথিনা চাওখৎনবা অমসুং অশিংবা জ্ঞান তাবা নিয়ম কয়া পাক চাংনা শিনবা থুংনা শংনহল্লুনা য়াম্না পুক্নি, হকচাং, নিংথি কয়িপ্পা মওংদা শোক্তনা অরম ওইনা নুংঙাইনা লিংজবা লৈরগা অনাবা, অশোনবা থওদনা পাংগা অমুনবা লৈনা কেনবগুম শিবা হায়না কৌবা জ্ঞান্দ ওইনা মাওথিবদা ওইবা অবস্থা অদুদা নুংঙাইনা হিংনা চৎনবিগনি। অদুগুম্বা লাইবক ফবা নুমিৎ অদু লাক্লবা মতমদা হৌজিক্কী তিল হাৎনবা, লায়ৌংনবা হোৎনখিবা উপায়দা চংইবা শেমগৎ শাগৎপা অসি অনাবা চংদনবগী থবক্তা লোইনবা ওথোক্লগনি। "অনাবা মশীং হেনগৎলগা ডাক্তরগী তলব কয়ই, অনাবা লৈত্রগা ডাক্তরগী তলব চাওনা পী" হায়বা চৌনাগী তাব অদুদা লাক্লয়কনি। অদুবু অনাবা থিংনবা, হকচাং ফনবা জ্ঞান কয়া ফংজরবসু মতম থংদি মীয়োল কয়াদগী লাক্লিবা লায়না অসি থংকোক কোকপা য়াথিরোই। ইংলণ্ড, অমেরিকা জাপানগা কলেরা, লাইথোকপা লৈয়কত্রিবা অসি হিদাক্লা থক-নত্তে। লু-চেম্বা, হকচাং ফনবগী, লায়না চঙদনবগী জ্ঞান হেনগৎলকপদগীনি। অদুম্না মীওইবা ঐথোয়না অনাবা লৈতনবা

হোৎনরকপদা চাইবা মতম অস্তুক কুইনা অনাবা ফনবা লায়রেংবদস্ত চংশিংগনি ঐনা ...ঙক পীজগদৌরিবা লায়রেং অসি পাবিরিবা ইরুংঙো ইবেন্দশিংনা অচৎবা মথংগী মীওইবগী পুক্রিং, থম্মোয়না য়াবা অমসুং শোয়দনা কান্নবা মতৌ ফংবা উপায়দনা মীওইবনা নংবা লৌনবা লংনা পুক্নম হেংবা য়ানবা পীজরি।

পৃথিবী অসি হৌখিকী ইমুং অমগা ওইনা লৌবা য়াবে—নোংমগী নমুংদা পাও অমত্তা অরেম্বা মতম কায়না ফাওনরে। মসিদা ফংলকপা অচুম্বা জ্ঞান থরো হেক ফংবদা অচুম্বা অহু পুন্সিগী শরুক থরা ওইনা লৌশিন্দুনা অচুম্বা অতুমা পুন্সি খোঙদাবা হোৎনবনি অচুম্বা মংৎ মথং তংনদুনা জ্ঞান অসি মপুঙ ফাওনগদবনি। পোকপা, হিংবা, শিবা হায়বসে জগৎতা লৈবা জীব পুম্নমক্কী ওইবা হাকশিন। হকচাং ফবা অমসুং নাবা হায়বসি জাতি থরগীদা নত্রগা কাংলুপ থরগীদা নত্তে। মসিগী জ্ঞান অসি মী থরগীদা ওইকম থেংদ্রে। জ্ঞান অসি হাংপদগী নাবনি, মতম চাদনা শিবনি। জ্ঞান অসি ফংলগা অনাবগা লান্থেংনবা ঙমগনি অমসুং শিবস্ত হৈথোকপা ঙমগনি। মী খুদিংমক মপাকী গবর্ণর, মপাকী জজ ওইকম থোকই হায়বগুম মী খুদিংমক মপাগী ডাক্তর মপানা ওইতকম থোকই। মতৌ করম্না মপা ফনা থমগনি, অনাবা কেংকননগনি, অনাবা চংলোই হাইবসি চাং থরদদি ঙমজকদ থোকপনি। মীওইবগী পুন্সি অসি গুপ্নগী অমথকনি। মসিবু খাইদগী যজনবা শিতিম্মকম থোকত্রা? অদু ওইরবদি হকচাং ফবগী লমাৈবোমদা হকচাং ফনিংবগী জীব পোকহনবা,

হকচাং ফনবী লুচেনবী নিয়ম পুম্নমক খংজনবা মথসী শিক্কানা মীওইবনু পুন্সি হায়বা অনিদগী "খ্বাইদগী ফবা" হায়বা মতৌ ফংবা ঙমগনি, মীওইবগী খ্বাইদগী চাউবা শিফাদি 'মীওইবা মশাক্কি'। ঐগী হকচাং অসি কদায়নো হায়বা অসি পুম্নমক্না খংগদবনি। ঐ অসে ঐগী হকচাং অনিমা পুন্সি অমসি নৈনগদৌরিবনি। হকচাং অসি শেংগ্রবা মন্দির অমনি। অসিগুম্বা মন্দির অসি ফজনবা হায়বা হকুলকপদা চৈথর অমত্তা হংলকদনা শুনমক ফগৎনবা থবক পায়-খৎপা ঙমনবা চান অমত্তা লৈতবনি। চৌরকফম অমত্তা হেক খঙবদা তৌফম অমত্তা মাংহন্দনা, মাংহল্লমগদৌবা হকচাং অমত্তা চন্দোকহনবা ঙাই। মাঙহনদ্রিবা, শোকহনদ্রিবদো মতেং কয়া পিদুনা হকচাংগী ওইবা, ঙুংলেনা কাংগী ফিভমদা অমুক হন্না মুংদ্রাইনা পানবা য়াবা লৌখৎচনবনি। থবক ঙমগী পাঙ্গল চঙ্খনবা থগায় পুবা ইন্দ্রিয় কয়া থবক পুবা ঙমহন্নবা, ফিৎনবা পাঙ্গল য়াম্না হৌহন্নবা য়াই। এক্সিদেন্ট, রোগ্রিনবা থবকনা মথিক-মতাংনা শোকহনবনসু খোইদোক হেন্দোকহনবা শাথিবা ফল পিরম্বা য়াই। অসিগুম্বা অবস্থা-দদি তৌফম অমত্তা লৌখোকপদনা থক য়াদে। হায়রগী অবস্থাদা পুরক্কদৌরিবা হকচাংগী মতৌশাগী ওইবা পাঙ্গল অমত্তা মতেং পীবা তাই। মাংন তাক্লবা ওইবা লমচং খংদোকপদনসু মতৌশাগী ওইবা হকচাংগী হায়রগী ফিভম পুরক্লবা নেচরনা হোৎনজবদা মতেং পিবা ওইরোই। থাজে শেংবা হকচাং ফনবা অনাবা ফগৎনবা থবক থর লৌখৎপা তাই। অকবা হকচাংবু ফনা থম্নবা অমত্তম্না অনাবা অহুম্ব ফগৎহনবা হকচাংগী মপুংদা চথরিবা

থবক্তী যতুংইয়া (Physiotherapy) লৌখৎপা পাথৈ কয়া লৌখৎপা তাই। মসিগুম্বা মথলগী লায়েং অসু লায়না খুদিংগী লাইকোরবা ওইনা পিজরকনি। 'ডিজিজ' Disease—uneasiness, disorder or want of health in mind or body অমসুং 'ক্ষেম্বর' ডিক্সনারিদা 'Any failure in or perversion of normal physiological action in the material constitution of functional intergrity of living organism. হাই। হিংনবদা চংলিবা থরাইগী ওইবা থবক্তা পূমা পাংথোক্লবদা পোৎচং কয়ানা শারিবা শকফম কয়াগী হকচাং মসুংগী ওইবা থবক্তী থোংথাঙদা শোয়বা নক্রগা লাইবোকখিবনু থংলে।

মসী অমনা মশা চুমদ্রবা, হৈলিংদ্রবা, থিনবা-য়েকপা চিকপ, শোম্বুরক্লবা মতমদা লায়ে হায়বা থংনৈ। অদুবু অসিগুম্বা খুদম কয়া অসি উৎলকত্রিদৈদা হকচাং মসুংদা মতম কুইনা মহৌশা লৈজফম থোকপা চাং কাইনা লৈবসি অমাবা অহাম্বদা থোকইবনি। হকচাংমসুংদা ভোকম থোকপা থবক হায়বদি "ফিজোলোজিকেল ফংসন" কায়ব্রবা মতমদা লায়ে হায়বা থংনৈ। ফিজোলোজিকেল ফংসন হকচাং মসুংদা ইন্দ্রি পুম্নমক্না ভৌরিবা কায়দবা চাং অদু কৱিবু থংনগনি। ময়ামদা হৈনবা হকচাং কবগী চাং অদুবু থংনৈ। জাতিগী ওইনা লাইরবা ইনাকখুমা, অশিংবা অপংবা খন্দোকপদা রাবঙম হকচাং কবা-কত্তবগী চাংসু খন্দোকপা লুনা থোকই। মশা অদু 'মসল' তাক্তা কাদুনা মশা

কয়া উরবা মীওইবু মশা কয়বনি হায়গনি। অদুগা ময়াং কংবা, অশোয়া মীওইবুনা মশা কন্নবনি হায়না লৌগনি। চাবা তুমবদা সুপা অম' উরগা, চাবদা তুমবদা হায়বসি খংদবা নিপা অদুনা মশা কবা মচ ক্লি লৌগনি। হকচাংদা মপুংগী ওইনা চত্থিবা থবক্তী চাংদা হেংদুনা মাবা নাদবা লেপ্পে। অওইবদি মী পুম্নমক য়াম্না চেকশিন্না য়েংলগা মশা অসি চপ চানা কন্নবনি হাইনা লেপ্পা লুই। অনাবা নত্রগা পুক্তাইডব হকচাং কন্তবগী চাং থরা হকচা কবগী চাংদগী ইওন হুদুনা অমরোমদা নত্রগা অম-রোমদা ইরৈ লৈনবা ডাক্তনি। ডাক্তরদা হেক চৎপদা ডাক্তর অদুনা অনাবা অমা নত্রগা অম' লৈরে হাইনা মমিংগা লোইননা পাঁরকডবা লৈতে। অনাবা অদুগা চাম্না হিদাক পী। হিদাক্তী তৌরকখম অসি পৃথিবী পুম্নমক্তী ওইনা য়েংলগা এরেখোইনা শাপ তৌরগা পাপ অদুগী ফলনা অনাবা অমা ওইনা ফংবনি লৌনরকই। অদুনা ইংলিসতা 'We catch cold" or Cold catches me ' লোকথুংবনা ঐবু ফারে: ঐনা লোক-থুংবা ফারে " অসুম্না হাইদৈ। "I am aflicted with cancer" ঐ কেনসরনা অরাবা পীবিরে হাইদৈ। মপানগী কত্তবা লাইনা অম' ঐচোন্দা লানডাবকপগুম লৌনরম্মী। চহী চা কয়াগী মমাংদা মীওইবন' তিনমু-লাইমু তানথোকপা, হিং-চাবীগী থৌ তৌবা হৌজিক ফাওবা মদুগী মমি তাদুনা লৈহৌরি। মসিগী মথক্তা অনাবা কয়াদা মহিক মতোং জাৎ কয়া লৈবা উবদগী মতৌশাগী পওইদৈগী লাঙ্গী-তিললা নাহনবনি হাইবা

অতুগী থিওরিদা লাইয়েংনবা চৎথরি। তিল অসি হাৎনবা এন্টি বাইওটিক ওইবা মাইসিন কয়া পীনরি। হিদাকশিং অসিনা তিল হাৎপগা লোইননা হকচাংগী সেল কয়া হাৎলি, তোং কয়া মাংহল্লি। অতুনা মতম থরদি অনাবা ফদ্রবনি হাইনা লারিবা লাইনা অতুগী খুদম মাংহল্লি। মতুংদা অাকবগী মশক ওইবা খুদম কয়া অতোপ্পা মফমদা মঙং তোংনা থোরকই। মদুদু অতোপ্পা লাইনা অমনি থল্লি। ডাকিনা নাবা মীদা সলফার সিলোপ পী। ডাকিগী মহিক অতু ঈদা লৈরিবদা 'সলফার' না হাৎলি মান্দ মনুংদা লৈরিবা মহিক হাৎনবা সনা হিদাক য়াওবা হিদাক পী। মকম অসিদা এখোয়না খংগদবদি 'সলফার' সু সনা হিদাকনু হকচাংদা চংগ্রবদি ডাকিগী মহিক্তগী হেন্না হকচাং মাংনবা তৌবা খুদোংথীগ্রবা হু ঙাক্তনি। মতম থরা ডাকী ফরে হাইনা উরগা মমৈথংদা মনা, মমায়, মমিৎকী তোং পুম্নমক শীথদুনা ১সুং মাংখিদুনা ডাকিদগী হেন্না শাথীবা লাইনা নারক্তুনা লৈ-ইংথোম্বা অহোরাই (লেপ্রোসি) না নাডুনা কয়া লৈ। অঙগুম্বা হোজিক হৌজিক্কী লাইনা কয়া ফনবা অঙাং ওইরিবৈডদা তৌশিনখিবনা লৈশাবী পাখং ফারকপা কান্দা মমিৎতা, মনাদা, খোঙ্গা, মরীদা শোকপা কয়া য়াওনরি। এখোয়না নহা ওইরিবৈডদা থোরকপা হিদাকশিং অতুনা অতুম অপাবা অমবু ফংলবদি হিদাক অতু অতুম লৈখিগনি, অতুম শিজিন্নখিগনি। থাইনগী হিদাক অমত্তসু মখিং ফাওবা ডাড্রে। অনৌবা কয়া জর্মন, জপান, অমেরিকা, ইংলণ্ডগী লাক্লরি। মসিনসু লোইবা নত্তে লেবোরেটরীদা কয়া য়েংলি, শেম্লি,

কনি। চৌমিজকী হিদাক লয়েং থাদোক্লরকনি। অতুপ্পা চৎথরিবা ডাক্তর অমনা গ্রেজুয়েট ওইখ্রি, তমই, নৈনরী, নৈত্রি। অম-রোমদা য়েংবিয়ু ঐংখোই হকচাংদা লৈরিবা পোংচং অমি ৮০ রেন্নি। মসিগী মপুংদা মকুওইবা ১৬ লৈ। ১৬ অসিগী মপুংদা থরনা অমকালি পোকই, থরনা এসিদ ওই। ঐখোইনা চারিবা চিঙ্গাক অসিনা তুমলপা ঈদা তাংৎৌবা উৎকৌ মশক ওইবা পোংশক অদুদা আলকালি অমসুং এসিদ অসিগী চাং কাইদনা লৈহনগদবনি। হকচাং মপুংগী ঈ অসিনা ১০০ গী মপুংদা ৮০ না আলকালি অদুগা ২০ না এসিদ ওইগদবনি। চারিবা চিঙ্গাক অসিদা লৈ মনামশিং, শঙ্গোমনা আলকালি পী। চাক, ডা, ডল, শা, হরাই, থাও, ঘি, চিনি অসিনা এসিদ পী। মনামশিং, লৈ, শঙ্গোমনা চারিবা চিঙ্গাক্কী ১০০ দা ৮০ ওইহনগদবনি অদুগা শা, ডা, ডল, চাক, চিনি, থাও ঘীনা চামদা ২০ ওইহনগদবনি। অদুতনা ঈদা অচাবা চাং পী। ঐখোইনা চারিবা অসিদা পূমওন ওমন্দ্রে, আলকালিনা ২০ পার্সেন্টদা মচাবা, এসিদনা ৮০ চারবনিনা ঈ তোং পূম্নমক্কা এসিদনা পৈহনা লৈরে। মহুদগী খোংহাম্বা য়াত্রে ফগু-হৌদি অমুক্কম্ ঈদা চাইথোরক্লে অদুম্ব এসিদ ময়াম অসে খোরকত্রবদি মী অদু শিব তাবনা অহাম্বদা লাইহৌ তৌই— ফগু-হৌদি অদু চাকথেরবা, মতুংদা লোক থুংই, 'দাইরিয়া' তৌই, লোক থুই। মহৌশাগী ওইবা ফগু-হৌদি অদু লৌথোরকপসি হকচাংগী ওইবা মী অদু হিংহনবগী থবক্নি। মহুদা নারিবসি লোক শাগৎলিবা অহনা নত্তে হকচাংদা লৈকম থোক্তবা এসিদ

ওইনা লৈরিবা ফক্ত-হৌদি অদুনি। মদু থোকচরকপদু হকচাংগী খুৎফা মেমত্রেন ফাওদোক্লুনা লোক ওইনা থোক্লে, লোক ফনবা শিরপ অমা পিদুনা মপুংদা তানশিনখ্রে। ফক্ত হৌদি অদু থোইরিলগী হাও থোকইবা মপ্রাম অদুদা থোরক্লুনা হাও ওইনা ফায়দোরকই। অ য়াওরকপ মপ্রাম অদু মাংহল্লে। মদুবু ঈতোল ফাইবা কৌই। মদু অমুক ইমেচিন পীদুনা মেনশিল্লে। উনশা-রোমদা ফুরি, অপাংপা ওইনা থোকলে। মদু অমুক 'স্কে-বিনোল' শুধা অমনা মেনাশল্লে। লোক থুরে, লোক থুদিবক্ত ফহল্লে। খোই মহুন ওইনা লাক্লে। মদু অমুক হল্লিনহল্লে মদুদগী এপিদর্মিস অদু পুথোকে। হাপ্চরবদি আলকালি য়াওদ্রবদি য়ারবনা হকচাংদা লেবা আলকালি অফংবা শিজিন্নরে। শরু অসি আলকালি ওইবা কেলসিয়মনা শাবনি। শরুগী অরোইবা শরুক্তগী কেলসিয়মগী শরুক থর-থর অমুম লোথোক্লুনা শিজিন্নরকই। মদুবু ডা' চিকপা কৌই। এপিদর্মিস অসিনা মরি শোকহল্লে মথংদা তোংদা চাখিত্তুনা তোংনা শাবা ইক্রি মথং মথং নপচোবা, তোনশিল নাবদগী কোদুনা ডি, বি, বাট সিজিজ, 'ক্লিডনি দিজিজ'দগী চথখিদুনা কেন্স র পেরেলাইসিস য়োথি। লমহুই অমবু য়ুম অমদা পুনশিন্দুন থম্লবদি মীহুৎ-থোংদা, থোংদা, যকলাং হুগাইদুনা মপান থোরবা কোংনদুনতা লৈ। মানা মপাল হেক থোকপিবমথৈ ইমুং অদু অইংবা সুংতাইবা ফংলোই অদুগুম্বনি। অনাদা হাইবদি ফংবদু মাংবা, ঐশিং হৎমাংদ: পুখোকপা চাবা থকপদা অমুক এসিদ পোক্তনবা

চাবা, শাক্তেন তৌবা অতুগী মথক্তা হিংনবা মতৌপাগী ওইবা চকচাংগী পাঙ্গল তেনশংনবা চাংবা অসিগী মথক্তা চঙা হেন্না, পোঙ্গবা, ঊমিং, চুংশা, মুংশিং শিংজঙ্গুনা ফগৎলৌবি শংদোক্লুবা লাক্লবা অসিনা লায়েংদা ওইগদবনি। ইউনাইটেদ স্তেত্স মশা ফবা সিফাইলিস থেরা হংগংলগা ইন্ডিয়াগী মহিক মতাং কয়া ইনাক্তা লৈবা মাগী মনশ-মশিংশিংগী লৈরগা সিফাইলিস অতুগী নাংলোন, খেনৌতা কাপ্লিংবদা অমগুম্ব ইংগে ত্তা তৌদে। ডঃ ঢায়রুমিন চকচাংগী মচুদা শিংৎরবা তোংদগী ওনবনি। অমন মজার মগুদা যক্কানী ডঃ মী ওইবগী থবোক্শীদা হেন ওবদা ডঃ অতুমু অমটা লৈনা লায়না তৌবা ডঃ হংনবা সিফাইলী থবক তৌবা হেন মহৎল অমা লৈরিবা অতুনা কোইশিল্লুনা শল কাপতুনা থমই। মী অতুগী ঊনা ফত্তৌবি লৈরূনা ফত্তৌবি অদু চাবা কাংলবদি মপাঙ্গল কনখত্লুনা ডর্ম্ অতুনা শল অদু থুগাইতুনা থবোক্নগী থংন-থংনবা তোংগী শরুক্তা মথং অমা লান তাকই। মতু অমুক অতৌবা হেননা শল থাগৎতুনা থমই। মতুদগী ফত্তৌবি শংদোকপিনদুনা অমুক্তা ফত্তৌবি চাদুনা মশা ওনবদি শল অদু মথং মথং থুগাইদুনা থবোক্মী পুথা মাংলি। অদুগা মী অতুগী ঊ শংদোকপা নাংলবা ফত্তৌবি পোকহনদুবাদি অমোংপদ চাবা ডর্ম্ অদু মতোমতা শিজখি। অদুগুম্বা শল থাদুনা থমইবা অকোয়বা অদু তুবর কনা কোই। যক্কার হৌবা মীগী থবোক্শীদা এক্রেদা থেংবদা লশিং মফোনগুম উরিবদু

ভুবরকল্ অমমম'নি। মতুগুম্না ভুবরকল্শিং অসু, জর্ম্‌শিং অসু শিখিত্নুনা, কখিবগী দাগ অদু যক্ষার তৌরম্বদগী ফখিবা মীওই কয়াগী থবোম্বীদা উবা ফংই। অদুগুম্না মী অমনা হিংখং হেক য়ুবদা য়ুদ্রিবা মকমতু নাই, লাইগ্নৌ ত্তৌই, ওনিংই, পোমখংলি, নাই চাই। মসিদা অনাবা করিনো ? শাগৎপা অসিরা, ওনিংবা চাবা য়াদ্রিবা অসিরা, পোমখংলিবা অতুরা, নাই চারিবা অতুরা ? হিংখং অতুনা উনশা ত্তোং নমখায়দুনা হকচাংদা চংলকপদা ঈ শেংনবা হকচাংদা লাইহৌ শেমদুনা ফস্ত-তৌদি ইমর্জেন্সিদা শেংদোরবা লাক্লরকই। চাক অমুক চাশিন্দুনা তুমবগী থবক তৌথরবদি হকচাংগী 'এন'জি' অমর্মোমদা চৎত্রে, হায়দুনা ইমর্জেন্সিগীদমক চাবগী থবক য়ৈথোকই। ওনিংহন্দুনা পুক্তা লৈরিবা পোৎ পুম্নমক ওথোকই। করিগুম্বা কান্দা মাংথোরকই। করিগী পোমই। ঈ অঙবা কয়া পুশিন্দুনা সেলনা ঈ শেংদোক্লবা ওক্সিজেন পুশিন্দুনা থবক য়াম্না হেনগৎনা তৌবনি, অতুদা পোমখৎপা ওইনা উবনি। মতুনসু হিংখং অতু চৎত্রবদা অচৌবা সেলনা হিংখংগী অকোইবদা লৈবা ত্তাংশা অতু চিকথৎলগা হিংখং ময়াগী ত্তোংশা অতুদা ঈ অমুক পাঁদতুনা পশ-পুমথহল্লি, নাই চাওল্লি। হিংখং চংলকপগী চেংনা লৈদ্রিবা মথুন অত ইকোই কোইনা অসুম্না পুমথহন্দুনা, নাই চাহন্দুনা কোমহল্লগা হিংখং অতু মত্তোমত্তা কোমদুনা তাজখি। অতুনা অনাবা হায়বতু মঙাম অসি অমত্তা নত্তে। মসি পুম্নমক্তি অনাবা ফননবা নেচরমা হকচাংগী হিংখং হায়বদি লৈকম থোক্লবা (foreign matter) পোৎ অমা তাথোরবগী থবনি।

অনাবা কনবগী থবক্তি। মতুদি অনাবদি কদিনো—উনশা, তোংশা শেগাইদুনা চংলকইবা ভিংখং অতুনা হকচাংদা লৈবদু অনাবনি। অংঙ্মা কলেরা হাইদুন—ভীল, মহিক, অপুম্বা হু কয়া চেন্নবা পোংমরা পুকতা তাবদা হু অতুনা 'হার্ট, লংস' তা চংগ্লবদি মী অত্ শিবা তাবনি খন্দুনা পুক খোইরিন্দগী লাউ পুম্বমক মারিমথৈ খোকহন্দুনা খোমশিল্লগা হকচাংগী মপুংদা ঈদা তোংদা লৈরিবা ঈশিংমথৈ শিজিন্নদুনা পুকতগী খোইরিন লোমদা পুথোকখিবা অতুবু দাইরিয়া কৌই। পুক্তা লৈরিবা তুমস্রিবা পোৎশক পুম্বমক থুনা হৈথোরকই। মসিদা হু অতুনা মাপ্পল্লগা ভাম্থোকখিনবা লাববদা ঈদগী ঈশিং পুম্বমক লৌথংখিবনা শিংলিদা ঈ চেন্দদুনা সেল পুম্বমক শিংলিগী বালদা তুদুনা বাম্থদুনা লৈ; হকচাংদা ওক্সিজেনপ্রগিংবা পীবা ডমস্ত্রে অতুনা সেলশিং শিবনি। অদু থুনমক পুক অমসুং খোইরিন্দগী কন্ত-হৌদি লৌথোরবা হৈথোকপা অমসুং খোইরিন্দগী কন্ত-হৌদি অদু থুনা লৌথোকপদা মতেং পাংনবা ঈশিং লুম্বু শাবা মাম্মা তোয়না থকনি, এনেমা তৌথোক্লুনা হুশিং অদু 'বাউবেল' দগী থুনা শেংদোক্লবা লাক্লগনি। তিংখংগুম্মা পুক্তা লৈরিবা হু অদু ভাম্থোক্লবা তোৎনবনি। দাইরিয়া অনাবা নংঙ্ত। অনাবদি চাবা-থকপদা মাওথিবা হু অতুনি। মসিদা অরাবদি অনাবা হায়বা মীওই অসি থাডবা হৈত্তবা, মরা লৌবা মাদবা মীওই ওম্মা ওইগ্রবনি। মামা পামইবসি গুপ্পগী অরাবা-অনাবা অদুবু থুনা ফনবা হিদাক পীনবতা তক্লরকই। কনাগুম্মা অমনা মূম্মা থল্লগা থুনা ফনবা হিরম কয়া থোক্লা লৌথংলকপা

হিরম পুম্নমক হিদাক মর্ফ, মপা, পিল, ইঞ্জেক্সন য়াওহৌবদি অহোয়াম্না ডাক্তর অমা কৌরগা খোঙ হামহৈবা থিংনবা, ওরিবা লেংবা, চিকপা পোশ্বানবা কৌবিনবা অয়েৌবীদা শাওরকই। অদুগা ইংলণ্ড, অমেরিকাগুম্বা মফমদা হিদাক মথল মথল, হটোবা মচা, অশাংবা-অহেনবা, গুলি পিল উপ্পা লাপ্পুনা পুবক্লগা চাং নাইনা শীতবগা লোয়্নবা হকচাং ফগৎনবা নিয়ম পুম্নমক্তা লোয়ননা য়েংই। মতুঙদা অনাবা অতু হৈংনা তৌবা উমই। হিদাকশিং অদুদি শুপ্নগী শঙ্গোমগা চিনিগনা শাবা "গ্লেসবোক্স" হায়বদি হিদাক অময়া য়াওদবা পোংশিন্নি। অশুম্বা চুপ্রবা থাথল অসিবু হোংহোকহনবসিমু য়াংগা লুই। অনাবা হান্নবসি শেংহল্না লেংবদগী মশানা ভুংশিঙবা লাইনানি। মহাক্না হৎলিবা ফগৎবা লমহৎ পুম্নমক হোংদোক্লগ অনৌবা মশা ফবদা চংলিবা নিয়ম পুম্নমক লৌথৎপা নত্তনা ফগনবা থক য়াদে। মসিত্তনা অনাবা মাত্রি মশা অমুক ফগনবদা নত্তনা হিংনবগী পাঙ্গলবু হেনগৎহন্না উমই। অনাবা অসি মথল অনৌথোয়বা থাংদোকপা য়াই— এক্যুট অমসুং ক্রোনিক। এক্যুট দিজিজ হায়রবদি অহৌবা, য়াংশিনবা অহেনবা খোঙচৎ অমা লৈবা অদুগা য়াম্না রেম্না হাংনা শাথিবা খুদমগা লোয়ননা চৎপা লাইনাশিংনি। হুনা ফবা নত্রগা শিবসি এক্যুটতি শোয়দে। ক্রোনিক হায়বদি কুম-নাইনা লমশাং শিংনা কুইনা নাই। খুদমশিং অতু শাথিবা উদে। করিগুম্বা কান্দা খুদম উদবা য়াওদ্রককই। অদুগা শুম হেক্লিংক্লুনা থবায় থায়। মরমদি খোইশাংশিংনা নায়কপা অদুনা হিংনবগী

পাঙ্গল মাংথরক্কই। মতৌশানা হাইকেৎ মরি লৈনরপ্, ভোবা অপুবা লায়না অমগ' লোয়নন্না মরৈদা শি। সব-এক্যুট হায়না থগুনবা লায়না থবগা লৈরি মখোয় অসি ক্রোনিকশী থবা কেয়া ফগনি। এক্যুটতগী হাথবা শুদম অমসুং মাংথবা খোঙথাং চংই। মসি অরানবা মথক্কী মথাইদোক্নি। এক্যুটতা নাপিবা নিপা দুর্পা অসি থোইশাং শিংনা নাপুনা লাক্লবনি। অধিকবদা হাইরগা সেংকক-খিনকক ওইদুনা কুইনা লৈরগা লোংবা চায়না থিনবগুম এক্যুটকী লৌক্রম মতম কুইনা থুদম অমত্তা উজনা চংপ্রবনি। লৌকম অসিনা হকচাং মপুংদা পূম্নমক অত্তু মাংহনবা থবক লোখংখিবা নত্রগা হকচাং অদুনা মতম অমদা এক্যুট পরপ পরপ চাকশিনবা শুদম মাংহনখিবনি। শুদম অসি নমশিনবা নত্রগা অনাবা অদুবু থগৎপ্রবা অদুগা শেৱামনা লায়য়েংলগা হিংনবগী থরায়গী পাঙ্গল হন্থল্লি অমসুং কুমলংদুনা ওনহল্লি। এক্যুটতা ইহৈর লৈরমদনা ক্রোনিক কেন্না লৈ। মতু মী অদুগী অনাবা ফনবগী ভাকথোক্লবা অথুবা পাঙ্গল পীনবা থরায় হিংনবা পাঙ্গল লৈহনবনি। হায়বদি কল্লবা, ভাকথোক্লবা হকচাংগী মপুংগী পাঙ্গল লৈত্তবনি। সব-একুট ওইবা লায়নাদি নীংথিজনা য়েংবিথিদবা এক্যুট ওইবা লায়নানি। চুম্না লায়য়েংবিহবদি লৌগৎলকপদ ভায়রিবা এক্যুট ওইবা লাইনা পূম্নমক থুনা কেন্না কৈ। ক্রোনিক্তা ফত্তুনা, ন'হ্বনি হায়ব থঙবা থুদম উদবা নত্রগা থুদম থরা লাকপদা থৌশাহৌদহনা অনাবা অদু হেন্নিনহনখিবনি। ক্রোনিকতা নাবা লায়নাদি ইক্রি অশোকপা

অদু কয়া শোকচিনগ্রবগে হৌকম অদু কয়া লুবনো, অনাবা মীশক অদু কয়া নহা অহৌবো হায়বা বাহং অসিনা ধুনা কবা-ফন্তবগী পাওখুম লেপ্পী। অদুনা ক্রোনিক ওইবা লাইনাদি ক্রোনিক ওইঙ্গিদৈঙৌদা য়েংহৌগদবনি। হকচাং কনখদা শিজিন্নবিবা নিয়মশিং অদুমক্তা মীওং-মীতা অবস্থা শোকইবা ইন্দ্রি অদু য়েংলগা শিজিন্নহনা অদুম য়েংগদবনি। হকচাং কনবা হোৎনবা অদুদগী হেজিন্না হোৎনজনা নাম্বিবা অমু কনব হোৎনগদবনি। মী অয়াম্বনা মশাগী অনাবা হেজিনহন্দ্রিবা ফাওবা নত্রগা মশা পূম্মাং মাংহন্দ্রি ফাওবা মশা কগৎনবগী বাকম থক খোশাদে। এক্যুট ওইবা লাইনাবু কহনবা ঙম্বা লাইয়েং অদুনা ক্রোনিক ওইবা লায়নাবু লায়না থিংবা ঙমই। ক্রোনিকা হেজিনগ্রবদি হিংনবগী পান্দম অদুনা হাইগৎনা লৈরবদ্রবদি মাংখ্রিবা হকচাং অদু কগৎ-হনবা য়াম্না য়াদে। অদুবকপু লায়না-লায়না অচুপ্পী মতাংদা পীরকপা লায়য়েং অদুনা হেজিনহন্দনা থম্বা পুন্সি অদু নিংথি-সুংহাইনা লেনবা ঙমহনগনি। লায়য়েংচকপদা খুদমদা মুথৎনবা হোৎনথোকনা থবাগী হিংনবা পাঙ্গল পীননবা মরু ওইনা য়েংবিগনি। পীজবিবা লায়য়েং অসি চহীচা কয়াদগী হৈরু-হৈরবা ডাক্তর কয়া মশানা মাজরম্বা লায়না কয়াম্তু কহন্নবা মতুংদা মরাইবক থীরবা অনাবা কয়াগী মতেং ওইননবা চৎথরক্রবা লায়য়েং ডাক্তুনি। তৌবদদি নাম্বিবা লায়না অসি 'ক্রোনিক হার্ট ডিজিজ' নি, নেফ্রাইটিজনি, ঈশিং পূকচৎনি, কেনসারনি, যক্ষারনি, লেকোমোটার একেকসিয়ানি হায়বা মুম্না থঙোকদবনি। লায়না

লেপ্লসি লায়না অতুগী থুবম অসি থম্ব থীনা হেক্তিস্ত্রিকাওবা কাওরক্তবনা অনাবা লেপ্লা লুই। অহূবু অনাবা মশক লেপত্রিতৈদা লায়েংবা থাদোকপদি য়াদে। অনাবগী থূদমদা থিংনবা লাক্লচুনা লৈপদবা মস্তে। কৌরকফম অহু কুপনা য়েংচুনা অনাবা অহু থি·নবা লাক্লপদবনি। করিগুম্বা মতমদা অনাবা অহু মশক লেপ্লদা চুমখিবা অমসুং লায়েং অহু চুমখিবনা ফংনখিচুনা লাইশক লেপখিবহু লায়ে হায়না অনাবগী ইম্মুং মচুংনা লৌবা য়াওই। ঐনা নৌউবেনিয়া নাবা অচাং অমদা ঈশিং অশাবা কী অমা থুম্লগা থবাক্তা থোবদ' তাওচুনা চোইবোল লোম্লগা অহু পুমতোক তোক্কুনা তুমখি। পুওথায় অমা তুম্লগা অহুম পুংক কথি। থুম, য়ামবা ঈশিং অশাবা থম্বা পীথক্কুনা থম্বী। করানমু নিউমোনিয়া তৌথি হায়বা থাক্তবে। মীওইবনা হকচাং কনিংবগী য়াথল লাক্লবা, হিংনবগী মহৌশাগী লম্বী, অনাবা য়েংবা থম্বা হৈরবা অয়াম্বা অনাবা থিংবা ঙমগনি। এক্সুটি অমসুং ক্রোনিকী লায়না পুম্নমক চুম্না হিংবগী বিক্সা অমসুং অয়াইবা অচম্বা হকচাং কনবগী অচম্বা লায়েং ওইনা পীজরকদৌরিবা উপায় কয়া অসে লৌথং-পীরবদা, লাইনা থিংবা ফংনবা ঙমগনি। মী অয়াম্বনা মশাগী হকচাংদা অয়ানবা থম্বা লৈবে হায়বা কাওবা থংনিংদে। ইপং-পংনা অহুম পংতৈব মবৈ। অহুম চথরবদা ময়াইবক থীরপদবা অহু কাওবা থম্বদে। করাওম্বনা ডাক্তরদা তাইনচুনা হিদাক চাক্লনতা লৈ। করিগুম্বা মতমদা হকচাং কনবা নিয়ম অমস্ত থম্বা ঙমদে। হেক সুংঙাইতবগা ডাক্তরদা চংচুনা ডাক্তরনা

ডাকপা লায়রেংদা লৈ। অসিদনা 'ওপোরেসন' 'ইঞ্জেকসন' কয়া তৌদুনা চৈথে। অদুনা মসি তৌদনবা চাওখৎপা লমদমদি কেমিলি ডাক্তর, হেলথ-সেণ্টর কয়া লৈ। মদুদা মশাগী লায়না য়েংলগা লায়রেংনবা নত্তে। হকচাংগী মচুংদা করি শোনবা কয়দা অরুবা ইন্দ্রি মশা ফত্তবা হায়বদু থংলগা মাগী মকুব লায়না নত্রগা ফংলক্লিবা মশা অদু ফগৎনবা শাজেন কয়া, ফত্তবা লমচৎ কয়া থাদোকচনবা খুদোং চাবা মৎই। চহি খুদিংগী হকচাং য়েংখদলগা হকচাং ফবা হায়বসে 'ইম্যুনিটি' য়াওবগুম হকচাং শাজেন্দা নৈনবা মীওয়দা কয়রা হিংলগা হিংনবগী পাংকল তেনগৎহনবা ওমগনি, অনাবা পোকহনবা, অহল ওইহনবা লমচৎ কয়ম হায়না থাদোকলগে হাইবদু থংজহন্না ওমহল্লি। অমাং ওইদিদৈদবগীনা ময়াই চল্লকপা মতমদদা অংল থুনা ওইমদনবা হোৎনজবোগদবা মতমনি। হিদাক চাদুনা ইঞ্জেকসন তৌদুনা অনাবা চংদনবা লাক্লদুনা পুনশিববু চহি ৫/১০ বোড়া চিংবগুম পেংৎলুম ওইনা হিংবদি কাম্লদে। নৌংথিজবা প্লান অমগী মথাদা শিংনা চহি খুদিংগী হকচাং 'একজামিনেশন' দা কংবা ফল অদুগা লোয়ননা চুমথোক্কুনা চপ্থরবদি পুক্কিং হকচাং অসি অমাং ওইনা অদুম চহিদদা চংশিল্লকই। তৌজিকমক তকোইবদা চহি ৪০ গী মতুংদা অহল ওইখিদুনা শিবা জাইদনা নৈবা কয়া লৈদ্রিবনি। মথক্তা হায়খ্রিবা মওংদা অহৈবু নৌংথিজনা হকচাং 'চেক-অপ' তৌরগা হকচাং শাজেনগী নিয়ম মথাদা প্লান তৌদুনা চথরম্লবদি অমাং ওইদুনা লৈখিগদবনি। মতাং অসিদা পন্নিংবা অমা লৈ—

Browning না হায়, "Grow old along with me
The best is yet to be
The last of life
For which the 1st was made."

"ঐগা লোয়নননা অহল ওইবিরকউ
হ্বাইদগী ফবা, লাকদৌরি
পুন্সিগী অরোইবা শকক অদু,
মহুগীদমক অহানবসি শেম্বনি।"

মীওইবগী পুন্সি অসি শরুক অনি থোক্না থায়দোকই। অহাম্বা ৪০, অরোম্বগী ৪০। অহানবগী ভংথাই অমি অরোম্বা ভংথাই-গীদমক শেম্বনি হায়না ব্রাউনিংনা হায়। নহা ওইবিবৈ হকচাং ফনমবা, লাইরিক হৈনবা মতৈ ভম্বা মতম্নি। মতৈ হৈরগা নোম্লগা শেল-থুম ভান্দুনা মুপী নহা থিডুনা মচা-মশূ পোক্লক্নুনা দুংঙাইরবা মতম অসি চহি ৪০ গী রেক মতুং তসিন্বাইদা থোকই। মতৈ-মশিং হৈদুনা উক-তারুবা অ্যাম্না থমবা, শেল ভান্দুনা মুংঙাইজরবা মতম, মচা-মশূনা অমুক লাইরিক-লাইশু তমতদুনা মী ওইরকপা মতম অসিদা মচা-মশূগী কুমৈ য়েংজবা ফংদুনা মরল-মথুম শীজিম্নবা তমতদুনা ভানশিন্নকপা অ্যাম্না থন্দুনা মুংঙাইজরবা মতমদা নাহুনা কমুংদা কুন্দূনা নক্রগা শিবা তারবদা কয়া মুংঙাইবিরবা অবস্থানো! অদুনা চহি ৪০ অসিদগী অরোম্বা ৪১ দগী ৮০ ফাওবগী মতুং অসি মুংঙাইজনবগীদমক শেম-শানবা চহিনি। পোকপদা ভাইবিবা অভাংবু মসি থডনা তম্বীদুনা মশা-মউ ফনা অমাবা [illegible]না মুংঙাইরবা মতম অসিগী ভাইয়ুনা লৈহনদবনি। মাইচৈর

ইশাবক নহা ওইরিবৈদা হকচাং কত্তে নাগনমী। অদুবু শাফেন তৌজবা হিংনবা চৎচবদগী ৩সি চহি ৬৪ শুবা অসিদা এৈনা হায়গী চহি ৪০ কাইথোকপ্রগা চহি ২৪ দা ঙাইরি হায়না পৌজৈ। চহি ৩০/৪০ গী মমাংদা কনবা থোংথাং বাখন্দগী হেয়া কমি। শুপ্নগী মসনদদি পেংলি। অদুবু হকচাং কপ্রবনি হায়না থজবা মীওই কয়ান্ন অংশায়বা কয়া উই। কনাগুবনা ওস্রীচনা মকোক মথৈ লৈতোইদা লোৎশিল্লগা মথা অংচোবদু লেপ্তূনা লৈবগুম মথাগী অপোয়বা কয়া মপুক্তীংবা থক উবা ঙমদবা লৈ।

অনাবগী মরমদা নৈনবা বাহৈ বাকম অসি হকচাং কনবগী ওইবা বাকম থক ওইদে। এৈনা নাবা লায়না নত্ত্রগা এৈনস্ত্র নাদবা লায়নাগী মরমদা নৈনবা মী অমত্তনা পাম্বা নত্তে। অদুনা নায়বা মী অদুবা য়েংজনবা ওইনা ইবনি। অনাবা হায়বসি কদা ঙম্নবদি—মহ নেচয়বনা কবা ঙনবিবনি। খ্বাইদগী থুনা অনাবা কবা অনাবশিংনা পাবই। মেডিকেলগী লায়য়েংনা থুনা কহনবা ওইনা উরগস্ত্র নেচরগী লায়য়েংনা খ্বাইদগী থুনা কহম্বা হেল্লি। মরমদি চাবনা হকচাং কহম্বা ঙম্বা লায়য়েংদি নেচরগী ওইবা লায়য়েংনি। কবোক চাইবী চোংম্পুংহুৎতা থুনা চৎলগা লূপখিত্তুনা অতোংবা মী পূমমক শিগ্রপদি পান্দমকম য়োপ্রবনি। ঙম্না চৎনবা বাইথু শো পান্দূনা অকোইবা তুরেন্দা চৎতুনা থিমা থুংহুনা পান-মমকম য়োবা অদু খ্বাইদগী অদুগা অহাবা অমগা ঙাইবা লখীনি হায়না মনার্দ যেকবেদ-না হায়। অদুগুম্বা হকচাং কবা ঙমহো [illegible] অদুনা অনাবা কোকয়েবগী খ্বাইদগী থুবা লখীনি।

অনাবা হায়বসি শগোল তঙ্খৌ মপোৎনি পোৎলুম অসি শগোল অমত্তনা লেওবা ওয়দে। কনাগুম্বনা শাখেনতনা ফননবা লাক্লে। কনা অমনা চিঙ্গাক্তনা য়েংনবা লাক্লে। অচুম্বনা য়ারোই। ওম্মিগদৈখ হকচাং ফগৎনবগী লম্বীয়োম্মদা য়াম। য়াংনা চৎশিনগদবনি। শাক্তেন অমসুং পোশাবা চৎই, ঐশিং, অকবা চিঙ্গাক চংই। অপেংবা লুৎশিঙা নৈবা, অকৎবা ঐশিংদা ঐরুক্তা দয়কায় ওই। মীওইবগি অসুক নাননবনু অচুম। অসুক পংলবনু মীয়োল মথৌং নাইদনা হিংজনা লাকইবনি। হকচাং অ'সগী মহোশাগী ওইবা হিংপেদা হায়বা ওগ অচুম্বগী মশামা নাবা ফজনবগী মপাঙ্গল নৈতবদগী মীওইবনা ওসি কাওবা হিংজদুনা লৈরি। ইশা ইশাদা মীওইবনী ওইনসু পিরক্লৌবা জ্ঞান অসিবু ইকাই খুম্নবকপা মতম লাকখিগনি। হকচাং ফনবগী নিয়ম কয়া জ্ঞান কয়া ফংজনবসু মচুনা ওকপা নত্তে। মথং মথং তানশিনগদবনি। মোংবা নোংমা হায়বা অসিনা অনৌ অনৌবা পায়া কয়া পুরকই। অনৌবা জ্ঞান অসুম তানশিনগনি। অগোংবা নাইদবা রুটিন চেৎনা ইনবা চুমদে। চাং য়েংবা কিগদবা নত্তে। য়াখল ইত্তৌ-তৌদনা অনৌবা অমসুং অরিবগী ভাবতা হেক হেক ভাব কয়া হল্লোকপা য়াদে। অনৌবা ভাব কয়ামা হকচাং ফৎনবা থবাই ফনবসু কয়া য়াওরকই। হৈনখিবা লমচৎনা ঐখোয়বু কাজিন্দুনা থমই, ঐখোয়বু মাংহল্লি নক্রগা শাগৎপি। চাগদৌরিবা চিঙ্গাক অসি মিতিগী ঐখোয়না পাখচু চারিবরা? চাক চারবদাইদা অয়াবা পোকপরা? চারিবা চিঙ্গাক অচু দীংথিজনা তুবা ওবরা? কৈ হায়না থজবা লমচৎ কয়। হৈনরবরা?

অয়াবা মীনা মশা মাংনবা চৎলি হায়বসি থংনদে। পোকপা নুমিত্তগী হৌরুনা হকচাং মাংথনবা হৌহনবা য়াওই। মদা পুমথুন', তোনশিনবা নাহন্দুনা অঙাং কয়ানা ক্লুপ কাম্রি। কনানা শাওং শাদা পোই। কন অমনা চাউবা হেন্দে। শক নাবা অঙাংনা কয়ানো! মুংশিৎ ফংদবা, শাজেন য়াওদবা, চিঞ্জাক ফত্তবদগী শিবা কাওবা অসুম হকচাং অসি পথ পুমথন্দুনা অশিংরোমদা চথরী। তোং অমমম অসুম শোকচিনকপনা অনাবা অমমম মথিং থোঞ্জিল্লি। পূম্নমক অমত্তনি অপুনবা থৌওং অমগী থোংচৎনি হায়বা থংদে।

মসি পুম্নমক অসিনা মপুং-মতম চাদনা অদল ওইহল্লি। কেন্সার, দাইয়েবেতিজ; ব্রাইটস দিজিজ থম্বোয নাব', আটরী নাবা, ঙাওবা, মরি নাবা অমসুং শিবা পুরকই। অনাবা পুম্নমক অসি থিংবা ঙম্মী। নাহন্দবা য়াই, হকচাং ফহনবা, নবা ওইনা লৈবা, পুক্লিং মকা কম্না শিত্রিকাওবা থম্বা ঙমই। পুম্নমক অসি চুম্না থনবা ঙম্না অমসুং চুম্না ফজনা লৈরগদা ওইথোকপনি। হকচাংবু নিংথিনা তৌবিরংদি হকচাংনা লমন শিংঙকপা ওইনা হকচাং কবা অমসুং পাঙ্গল পিরকই। চাং নাইনা ইশা ইশাবু হাৎচবা তোকদবনি। পুক্লিং হকচাংদি অহন ওইহল্লনা চহি য়ামমজরকপগী অহল ওইজরকপদি ওইজসু। হকচাং মরাই তাবা, হৈনবা লমচৎ পুম্নমক থাদোকপিয়ু, চুরুট, মু, গজা, কানি থাদোকপিয়ু, কা-হেনবা পুম্নমক থাদোকপিয়ু। অকবা চিঙাক, [illegible]শেনবা মুংশিৎ, চাং নাইবা শাজেন, মুংথিনি শোথাথা: [illegible]

অসি চাং নাইরগদা পুক্তিং অমস্তুং মকচাংগী নীংথিবা থল চানা পুথা ওয়গনি। ঐখোয়না হিংলিবা পুন্সি অসি অমি ওদে। পুন্সি অসিনা হক্তে, অমসুং হকনা লৈজরগে হায়বা য়াদে। পুন্সি অমগুমি মাসিবু থাইদগী কনা শিন্নিক্ষম থোক্লা? অচুবা অমসুং অচুবা নত্তব অমতা হায়রা পুন্সিগী মত ওইবিয়ু। 'মাইয়োসিস'— মীহুম থাস থুদাংদা অয়াম্বা মতমদা লৌবৈ। অতাং অসি পোকপবা মমাংদা মিনিটতা ১২০—১৫০ হল্লি। সুপা ওইরগনা থয়া তমী। সুপী ওইরগনা থয়া থুই। অতাংমচাশিংদি মিনিটতা ১০০ য়ক হল্লি! মহুদগী থয়া-থয়া চাওথংলকপগা লোইননা মিহুন অসি অমুম অসুম হম্বথিল্লুনা চহি ২০/১৫ ওবা কাওবদা ৮৫ হল্লকই। শারেপ কাবরা মীওইদা নীপা অমনা ৭২ সুপীনা থয়া হেল্লা হল্লি। মীহুন তনবা মতমদা মশীং চাং নাইবা, চাউনা শাংনা হোনবা, থুবা অসি য়েংই। ঘড়ীদা থাজুনা য়েংলগা চাং থংবা তম্মী। য়াম্মা থুনা হল্লবদি অনিওবা মখোম্মা থিরগা অনি লৌগনি। চাং নাইক্রবদি সেকেণ্ড ৫/১০ খুদিংগী য়েংজুনা থেমবা য়েংগনি। য়াম্মা শোনবা মিহুন অদু লৌকম থংক্রবদি থবাক্তা নাকোংনা নক্রগা স্থেটোস্কোপ'না থীগনি। অয়ুক্তা হনবা মিহুনদগী সু মিদাংবাইনা মশীং ৫/১০ হেল্লি। চাক তোকপদসু পুং ১/২দি মশীং হেল্লি। অশাবা চাক, ঈশিং নক্রগা তাস্ত্রা চাবগী মতুংদা মিহুন য়াম্মা হেনগৎলি। হিম্নদগী হোগৎতুনা কবদা ৩/৪ হেনগৎলি। লেপথংপদা মশীং ৪/৮ দি হেক্কৎলি। শাবেল তৌবদা মিনিটতা মশিং ৩০ওবা হেক্কৎলি। শাবেল অকনবা

খোৈরবনি. মখল খেনগংদি। মিহুন য়েংলিবসি হার্টকী অরুম্বা য়েংবনি। আটরীগী অবস্থাসু থংনরবনি। মীহুন অসি মপীং লোৈরগা খোৈগং-কমথ মক্ত্রগা বুকদন ৫/১০ ভোরগা মচুং মিনিট ৫ লৈরগা য়েংবদা হারগী মপীং অহু চপচানা লৈরবদি খপোয় অহু কয়রিম্ভু ভোদে। শাহেন ভোবা শারবা যাওবা যাই। মচুপা মক্তিক্রবদি, হারবদি মশিং য়াম্না খেঙ্গংলবা মক্ত্রগা কম্ভুরবদি শাজেল শারবা যাওফদে। হকচাং অহু খরৈবু য়েংহনবিগদবনি। মিহুন য়াম্না ভপ্পবদি ১১ শুবা ক্রেনিয়েল নার্ভ (স্পাইনেল এক্সেসোরী নার্ভ) শোকপননি। হার্টকী মসল শোক্নরক্লগা মিহুন ভপথরকই। অহুল ওইরকপগা পোয়ননা মীহুন মপীং ভপথরকই। হকচাং কলা লৈবা মতমদা চপচানা মিহুন হুপ্রি। থবিক থয়াক খেয়রবদি থওইবোইবোবনি। মীহুন অসি চাউনা হুম্নবদি খপোইগী মিহুন য়েবা থুদিংবা ঐ মরাং কাইনা চংলি তাকপনি। অদুগা ভেনত্রিকল মশা কবি ঐ চংপদা অপনবা পিদে তাকপনি। অপিকপা মীহুনা হার্টকী অদুবগী লায়মাদা উই। ভেনত্রিকলগী খবক অপনবা শিবগী শোকপনি। আর্টরী য়াম্না পিকপদগীদু শোকই।

মীহুন থুববু ভেচিকায়দিয়া কৌই। মীহুন থুবসি মবি (ভেসেল) থুনা কাক্লোকপননি। মীহুন থুববদি য়দ ক্রোমল কইই। মীহুন ভম্পসি কবিওন্না মরিগী মতাং অয়দা অপনয়া পিয়া অমুগা হার্ট অসি পিকশিনবিয়দগী শোকপনি।

"টেম্প্রেচর"—হকচাং কয়িবা মীওইগী টেম্প্রেচর ইংলিশ হোংদে। নৈথাদা লৌবা টেম্পরেচর অসি কাঃ ৯৮·৬ নি। শোঁয়জা লৌরগা ডিগ্রী ১½ থাংদোক্লবনি। শেগ্রাক্তা লৌরগা ডিগ্রী অমা থাইদোক্লবনি। ডিগ্রী থর হেক্লংলগা লাইবো লৈ হায়বা থঙৈ। ডিগ্রী হন্থরগা ফিংনবা পাক্কন হন্থরবনি হায়না থঙৈ। থংহন হন্থরবদি অনাবা শোকচিনগ্রবা অমা লৈরবা থবগনি। ১০৬ লৈরবদগী ৯৬ তা পুং ১০ গী মতুংদা নীংথৌনিয়াদা হন্থরক্লবদি অবাবা তারবনি। ইংলগা টেম্পরেচর বস্থ। লাইহোপা হাইগংলি। সব-নোরমেল হায়বগা ৯৭·২; নোরমেল ৯৭·৬ দগী ৯৯·০০ লাইবো হাইকেং য়োদবমা ১০০·৫; লাইবো হাইকেং লৈবমা ১৩১·৫; লাইবো থর লৈবমা ১০১·৫ মুংদাংবাইনা ১০০; লাইবো কয়গা ১০০ মুংদাংনা ১০৫; হাইপর পাইরেক্সিয়াদা ১০৬ দিংনি।

মুং— হোসপিটাল লিবোটোরিয়দা মুং য়েংনবা অসি ক্লটিন ওইনা চৎলৈ। মুং য়েংলগা মী অদুগী মপাঙ্গ মরমদা য়াম্না থম্বা ওঙ্গী। মচু, মপুং কাওবা উথা মমম, রিয়েকসন, অরনবা ক্লোরাইদ, ফোসফেটস্ সলফেটস, ওকজালেট, ইউরিয়া, ইউরিক এসিদ, ক্রো-য়াইন অমু বিন, প্রোটিন, ঈ, চিনি, এসেটোন ডাইয়েসেটিক, এসিদ নিউক্লিয়াইট, নাই, স্পারমেটোজোয়া, পেরেসাইটস লেদিবেক, এপি-থেলিয়েল কাস্ত, ছুাব কাস্ত (কেটা ওয়েকপিন-চিংবা)। মপুম কায়বা মীওই অমনা পুং ২৪ দা আউন্স ৫০ য়োম ময়াম থোকই। অহিংগী মহৌশানা মুংথিনা হেয়া মরাম থোক্লগা হেনি। ছুগী-তাং লেকংলকপসি হিজগী সিরোসিস ওইরগা থোকই। থাইরেয়িদ,

হায়বদি ঈশিং পুকচৎ তৌরগা য়ুং হেন্না যাল্লি। হিস্তরিয়া ইপী-লেপসি এংগিনা পেক্তো্নিষ অনাবা ফগৎলকপা মতম, ঈশিং য়াম্না থকচিনবা অসিনা ঈশিং য়াম্না চৎহল্লি। তরমূজ, তোয়বোৎ, ভিলহৌ, চাক নত্রগা চা, কোফি, পূকয়ু হুইস্কি থকপা য়ুং য়াম্না হাল্লি।

দাইরিয়া, কলেরা, কুইনা ওঙ্গুনা লৈবা, নেক্রাইটিস, চনিংদা ঘী লৈবা, এসাইটিসকী অয়োইবা থাক্তা, চনিংদা ঈশিং লৈবা (ফূগাম), গেস্ত্রাইটিস, প্লিউরিসিসতা ঈশিং য়াম্না কৌই। হমাং য়াম্না থোকপ্রবা, ঈশিং ইথক থক্তু্বা ঈশিং চৎপা বাৎলি।

য়ুংগী মচুদি এমবার (চরু মচু) মাল্লি। ঈশিং আসনা ভৌবসি ঈশিং য়াম্না থকচিনবা, ঈশিং পুকচৎ, ঈ থাংদবা, কিডনী মায়বা হিস্তরীয়াদা থোকই। মাংবা য়াত্রবা পেরিত্তোনিতিস, গেংগ্রিন পাউডতা হাই কলায় ওই। মশিংথা য়াওবনা নাপু মাল্লি। নিরুপা কোঙ্গোল থোকই। ঙাংসং ঙাংলগা নাই য়াওরবনি। শঙ্গোমওয়া হাল্লবদি নিউরেস্তেনীয়া (মরী চোকথবীগী) দা কোসফেট য়াও-বননি। চনাংগী শরুক হেন্না চায়গন্ন তৌই। য়ুং মনমদি ওনিংই। য়াম্না হেন্না নমথিবচু পূমথদুনা এমোনিয়াগী মনম লাকপনি। ঈশিং পুকচৎতা কমুংদা কি চোংলবদি এপল অমূনবা মনমওয়া কা অপুম্বা কাওনা নম্মী।

য়ুংগী স্পেসিফিক গ্রেভিতি অসি ১'০১৫, ১'০২৫ দা লৈ। লাইরৌবা ১.০৪০ অহুপা ঈশিং পুকচৎতা ১.০৭০ ফাওবা লৈ। [illegible]না ১'০১০ [illegible]বা লৈ।

কোসকেটস— চুম্লী য়ুংবা কোসকেট্স্ অসি গ্রাম ২/৩ য়াওই। পর্ত নৈরবা মতুংদা হন্না লৈ। নেক্রাইটিস প্যাক্টে সেপ্টেরিয়ামদু হুইগে। মনা মশীংদা চারমুম হুইগে। খোঙ চিকেং-চিকেং হাম্বা কোসকেটিক্ মাইয়েবিক্কিস, তুমদবা নার্ভাস বিক্কিড়, স্পাইনেল কোর্ড শোকপদা, শরু ন্নাবদা মাখা হেৎলি।

'সলকেট'— সলফ্লেট অসি গ্রাম ২গুম্বা য়াওই। হকচাং মরাই ভাবা লায়না মকায়, কেন্সারগুমবা হেনৎলি। মরমদি এলবুমিনম ওইবা হকচাংগী শরুক ময়াম থুগাইরকপনবী লোকপনি। পাইলোরস গ্রেন্দা কেন্সার তৌবা হাইবেটিশ, নিউমোনিয়া অমসুং অরুবদা হেনুৎলি।

ইল্লিকান— সলফেটকী কম্পাউণ্ডনি। খোইরিদক্কা পথ-পুমথবা লৈরবা য়াওরকই। লিক্কনা মসি মাওন্নগনবনি। য়ুংবা মসি য়াওরবদি খোইরিন্দা পথ-পুমথবগী মাক্কমদা হক্কে কিতবহ শোমে তাকপনি। ইল্লিকান হেক্না মাক্কবদি পুকী কেন্সার তৌরগ তাকপনি। ইন্তেস্টাইন মচা অসি থবক পনহন্নে তাকই। অমাইকী লৈয়ন্না শ্যা মাখা চাবা খোঙ হাক্কা মাকনা খোইরিন্দা অপুং-অপা লৈরিবা ইল্লিকানুমিয়া থোক্কনি।

অকজেলেটস— কোংমদা অকজেলেটস অসি মাখা মায়কনা লোক্কই। অমসুং কার্বোন-ডাইঅক্সাইড মায়কনা তৌবা অহুবা পালেক খুলিদা, হুবই, কোফি, অবগনবি, নিমোং-মিয়িং, চা, কফি, কোকো, [illegible]

অত্তুবু কুইনা লৈরবদি সুং ওন্নকই। নিউরেলজেনিয়া অমসুং মরি শোধা মীওইদা য়াম্না য়াওই। চাবা-থকপদা তুমদবা মরি শোয়দগী থোকপনি।

ইউরিয়া—নাইট্রোজেন পুথোরকপনি। প্রাম ৩০ মুক্তী চাং পুথোরকই। শা-ঙা, চাবদগী অমসুং হকচাংগী তোং শিথবদগী ওন্নকপনি। থবক শুবা ঙা-শা, চাবা মতুংইন্না ইউরিয়াগী চাং লেপই। লায়চৌদা য়াম্না লাকই। অদুগা পারনিসস এনেমিয়া, জ্ব অকংবদা, ভাং চীকপা, নীমোনিয়া নিউকেসিয়া অমসুং জৈশিং পূকচংঙদা চাকয়াম-শায়াম চাশিনবদগী লাকই। লিভার কন্ত্রবদি ইউরিয়া য়াম্না লাক্কে। মরমদি ইউরিয়া লিভারনা শেমজ্রে। অদুগা কেন্সার অমসুং কিডনী শোক্লগনা ইউরিয়া অসি জৈশিংদা য়াওহন্দ্রে। এক্সিসনস দিজিজ, ক্রোনিক ওইনা ভাং চিকপ', পেরেলাইসিস, জ্ব কংবা, রিকেদতা ইউরিয়া য়াম্না চথতে। ইউরিয়া চাং অমসুং ইউরিয়াগী মসুংদা য়াওবা অপোবা পোৎশকী চাংনা নেক্রাইটিশ কয়া কম্নবগে হায়বা ওম্মী। কুইনাইন থরদং চাবনসু ইউরিয়া হন্থহল্লি।

ইউরিক এসিদ—ইউরিক এসিদ অসি প্রাম অমদগী থরা ভানা লাকই। প্রোটিন পূমথরকপগী অশোইবা পোৎশক্নি। ইউরিয়া হেক্কৎহনবা মরম অমসুং পোৎচং নাইনা পুমনক্না ইউরিক এসিদ হেনগৎহল্লি। লিউকেমিয়াগুদা ইনফেকসনস, দিজিজনা ইউরিক এসিদ হেক্কৎহাল্ল। এনেমিয়া, ডাইবেটিস ইনসিপিডস, [illegible] হকচিন্না শোক্লবা নিদপোইজনিং, ক্রিকেট-চীন-বা লাবদা [illegible] এসিদ হবৈ।

এলবুমিন— মসি লাং য়ামই। সিরম এলবুমিননা চুমগী এলবুমিন হায়না থংনরিবা অসিনি। সিরম গ্লোবুলিন, এলবুমোস নিউক্লেও এলবুমিন, ফিব্রিন অসিসু লাং অতৈনি। কিডনীদি শোক্তবা এলবুমিন য়াওবা কয়া য়াওই। অদু কিডনী শোকই শোক্কে, এলবুমিন য়াওই-য়াওদে হায়বা যুংদা য়েংলগা লেপ্পা ঙমই। অচুমবক এলবুমিন য়াওরবদি শককম হোংব্রা, থবক্তা শোইব্রা অমদি কিডনীদা তৌরে হায়বদি খংনৈ। মতম খরগী ওইনা কিডনীগী ভোংশাদা হোংবদা এলবুমিন য়াওবনা যুংদা এলবুমিন য়াওবসি অরুবনিসু থমরকত্রে। চাক-য়াম্না চাবা থবক কয়া শুবা, ঈশিং অইংবনা ইরুজরগসু কংসনেন এলবুমিনোরিয়া পুরকই। মীরোনবী অমসুং মথোক কাররকপা মতমদা মসি য়াওরকই। অসিগুম্বা মীওই অসি চহি কুইররগী মতুংদা কয়া শাথিবা শোয়-লকপা মতমদা কিডনী শোকল্লি হায়না লৌনৈ। লাইরোই পূমবক্তা লাইরোগী ওইবা এলবুমিনুরিয়া পোকই। হার্ট নাবদগী নত্রগা কিডনীগী ভেন্দা ঈচেন য়াংপদগী কনজেসটিভ এলবুমিনুরিয়া পোকই। সাথৈ, এসোপ থনেমিক গোইটারদা, মাইগ্রেন অমসুং এপোপ্লেকসিদা কিডনী কয়িসু ভোদনা এলবুমিন য়াওই। লেপ-চুনা মরিদা ভোবা মীদা এলবুমিন য়াওরগা থিম্নগা য়াওদবসু লৈ। কৌডনী মশাবক নাবদদি এলবুমিন য়াওদে। ইনটেসটাইল নেফ্রাইটিশ (contracted kidney) দা এলবুমিন উরবসু থজিজা মউই। একুাদ নেফ্রাটিইশতদি এলবুমিন য়াবা য়াওই। মচু মুংদা য়াওবা ঈদগী অয়াবনি। ঈ যুংদা য়াওবসি মকম কয়াদগী ওইবা য়াই। লেন থবদা মচু ওইনা নত্রগা চুবগুবা য়াওরকপা য়াই।

এসেটোন— এসেতোন থবা কংজখদি নোই পেনবা অমসুং তুখাই পাঙল নৈরকপগি থংনৈ। কিডনি, কেন্সার, গেষ্ট্রিক অলসর, নেফ্রাইটিস ইত্যাদিদা থোকই। চাবদা কার্বোন হাইড্রেট চাং হন্থরবদি এসেটন য়াওরকই। দাইবেটিসদদি খুদোংথিবা য়াকপি—দাইটিক কমা পংথবা লাকই। এসেটোন এসিদোসিস কৌই। অনোইবা মীনা চম্না থেনজনবদা য়ায়া থোকলি।

গ্লাইকোসুরিয়া— যুংদা চিনি য়াওবনি। ঈদ চিনি অসি মিশিংদা অমগুনি। ঈদা চাং অসিদগী হেনগৎহল্লবদি যুংদা চিনি লাকই। চনাংগা-চিনিগা থেম্না চারগা তৌই। অনোইবা মীয়া লাইবৌ তৌরগা নত্রগা মরি শোল্লগা লাকই। ঘবুদা মুংশিং য়াওরবা নত্রগা ক্লোরোফোরম তৌরগা চিনি লাকই। চিনি কুইনা যুংদা য়াওরবদি দাইবেটিস মেলিটস তৌরবনি। য়াইরোং, যু থকপা, পেনক্রিঅসগী কেন্সার, ব্রেন শোকপা, একসোফথেলমিক গোইটার, হুপিং কফ, মেলাংকোলিয়া, নীউরেসথেনিয়াদা চিনি য়াওই।

পুজসেল— নাইগী সেল অসি এবসেস, মুং লৈবা, য়াদারে ইউরেথ্রা, ইউনারী-ত্রেকটা কেন্সার তৌবা, ব্লাদার নাবা, গোনোরিয়া, লিউকোরিয়া, নেফ্রাইটিস, য়াদব কীডনীদা টি, বি, তৌবা করানা নাই য়াওহল্লি। যুং অসি এসিদ ওইরবা কালদা কীডনীদগী নাই য়াওরকই। ইউনারী ত্রেকটা এবসেস থোরবা, মহু কাইরকপি নাই চুইনা, যুং হান্নবদা য়াওরকই।

অন'বসি মথন কয়া থোক্না থায়বা য়াই। ওর্গেনিক হায়রগা ইন্দ্রি মশামক শোক্না কিতম হোংলবনি। ফংসনেল হায়রগা মরম অতৈদগী হকচাংগী শরুক থরা মত্রগা ইন্দ্রি থরা থবক পূবা ঙমত্রবা অহুগা মখোয় অহুদি মশাগী শকথম হোংনা শোক্লবা থংবৈ। লৈরী লৈরীবা লম অহুদা তোইনা লাতি অহু লৌমনা নাবা লায়নাহু এনদেমিক কৌই। অহুগা লৈবাক অমগী মীয়াম শোক্না অনাবা শন্দোরকপা লায়না অহুবু এপিদেমিক কৌই। মহাদেশ অমা শোক্না নাবকপা লায়নাবু পানদেমিক কৌই। মকম মচা অমতদা শম্মনা নাবা লায়ন'বু স্পোরেদিক কৌই। থুনা অমসুং কয়-কয় হাইনা নাশিল্লকপবু একুয়ত কৌই। লৌশাংশিংনা অসুম অসুম নায়কপবু ক্রোনিক কৌই। পেথোলোজি হায়বনা অনাববু তম্বনি। ইথিওলোজি মমুং-মশান তোপ-তোপ্পা, মশাদগী ওইবা, মতোপ্পদগী লাকপা, মাঙজৌমবা খোঙচৎ, পোকহনবা য়াবা লায়নাগী হৌরক থংবৈ। সিম্পতোমাটোলোজি হায়রগা অনাবা অহু অমিনি লেপ্না য়ানবা অনাবগী থুদমশিংবু য়েংবা।

ওবজেকটিভ— অয়েংবা অমসুং অউবদা উৎনিবা থুদম থংবৈ। সবজেকটিভ—অনাবা মশাদা কাওবা থুদম, ডাইগ্নোসিস অনাবগী (disease) নমন অহু লেপ্পা। প্রোগ্নোসিস—অনাবা অদুনা থোক্লগদবা অহু হায়বা।

হকচাং থবা হায়বদি মুংঙাইবা (case) অনাবা মিমিদ হায়রগা মুংঙাইত্রবা।

নাখুবা (pain) অনাবনা (illness) পুংতাইজবনে, পুক্লিং সুখাইজবনে অসি হকচাং কত্রে তাকপনি। কদায়দা লায়বগে মকম্ থিরগা চুমথোকপিনু। কেক থুংতাইজবদা তৌকম থিজনা চুমথোকপিরো করিসু কিকম নৈদে। মতুংদা হকচাংগী মপু ওইবা হৈরকপনি। "কোক্লা ঈংবা থোঙলা থুখা, থোঙ হাবা য়াবা" অহম অসি হকচাং কনবা উপায় মাওথ্রগা অমুক কংনবগী মরুওইবা খুৎলাইনি। হকচাংগী থবকী মনুংদা ঈ চেম্থোক-চেনশিন মপুং কাহনবনা থ্বাইদগী মরুনি।

হকচাং মপান্দা ঈংলিবা মথৈ মনুংগী ইত্রিদা ঈ পুনশ্রবনি। কোক শাবগা খুৎ ঈংবদি ত্রেনদা ঈ পুল্লবনি। থোঙ ঈংলগা পুক শাববদি পুক্তা ঈ পুল্লে তাকপনি। থবাকসু নাবা অহুপা নজলগী মথকথংবা শরুক শাববদি থবোক্তীদা ঈ পুল্লবনি। মাতোন ঈংলবদি থোইরিন্দা থবক চংথোক্না তৌজ্রে তাকপনি। খজাই অমা ঈংলগা খজাই অমা শাববদি মায়তস কিভর নৈববনি। নিমোনিয়াসু ওইগনি। খজাই ইঙাং ভাংলবদি ঈ হাগৎলবদি হেকটিক ফিভর (টি, বি,) নি। হকচাং কথা হায়বসিদি ঈ শেংবা ঈগী সারকুলেসন চপ চানা লৈববু খংনগনি। ইন্দ্রি গ্রেন্দ কয়াগী রস থোকপা অমসুং ঈশিং-সুংশিৎ অমাংবা হুথাং চাং নাইনা পুথোকপা অসিসু চংই। ঈবু শেংলবা ইন্দ্রিশিংগী থবক মীংথিজনা তৌরবদা করিবু করিগীদমক অনাবনু কিগনি। থৌনাও নাবা, লৌক থুংবা, উকুন-য়াইফুলদগী ওইবা য়াই। থোঙ-পুৎ থরা ঈংবা করিগী কিগনি থরদং নাবা-য়েকপা দাইগ্রোজ থক তৌগনু চুমদা

চংবনু মতোমতা কনখিগনি। খোঙ-খুৎ ঙাংবা, লোক থুংবা অচুম্বা খোইশাংবনা চৎশ্রবদি তেকশিন্নু থুনা মরম থিজনা হুক্ন্ তোকহৌ। থুনবদা লোইখোক্নবা লাক্নগনু। লাইহৌ, মেকপা, খিনবা কনবতা লাক্নগনু। করিগী মেক্লি-খিন্নি খিবু। মরম্ভু কুপতোকউ। কয়া লায়বদি উপায় লৈত্রবনি। কমশেনবা অমনা মাবু থাবা লৈতনা ঙমংতাইনবতা শেমবিয়ু। মতুপা লোইমনা থুংলোংখিবা থুদম কয়া, লাইহৌ হাইগৎলকপা, অম ফুজিন্নকপা, মিহুল থুজিন্নকপা, হুমাং অনম্মা লাকপা য়েংগনি। লায়বা মীবু কনদমবা পিজগনু। মীতুবু পিজবা মতে অনাবা (Disease) অতুবু পীজম্মা য়োকপনি। ঙৌশিং ইন্নু—লাইহৌ কনম্নু। দাইগ্নোসিস কজনা তৌগনি। মখিৎ, মরৈ, মশম, য়াত্নী চীকপা, নাবা মকম, মিতন, মিৎমহা উনবা মুম্না য়েংগনি। কৎলবা হকচাংনা কয়ম চৎথবকই হায়বসু য়েংগনি। চাবা-থকপা, চন্না-হেম্বা, অতোপ্পা লায়কোক্লবা উপায় কয়াগী লোয়ননা অনাবগী থুদম, পুম্মক মুম্না শেমবিগদবনি।

—O—

লায়না খরগী লায়য়েং

পুক লাবা, খিনবা, য়েকপা (এবদোমিনেল পেন):

পুক নাবদি অনাবা নত্তে, অনাবা কয়াগী খুদম্নি। পুক, চনীংদা নাবসিগী হৌফমদি নুংশিং লৈবা, পুক খিনবা, এপেনদিসাইটিস, পেরি তোনিটিস, অশোম্বনি। হৈরিবা মওং অদুগী মতুং ইন্না কন্না নাবা মওং অমস্তুং চাং খেন্নে। হৈকমদি পুকুগী নক্তুগা অপীকপা খোইরীন নহুগা বাউয়েলদগী ওইবা য়াই। নত্রুগা ফিয়াক, পৈ, কিদ্নি, পেরীতোনিয়ম্, য়াও কময়া, ফিন্নুংগী ওইনা লাকপস্তু য়াই। অনাবা অদ্ হোংবা য়াই, লেঙদনা লৈবা য়াই। (ক্রোনীক ওইনা লৈখিবস্তু য়াই। ইনুং নুংঙাইহবসি অনাবা লৈরবনি। মথক্কী ওইনা উরগা মসলদা নক্রুগা মরীদা তৌবনি নক্রুগা য়াওগী মরী শোকপনি। নুংদা শোকপা ওইনা থোরগা স্তুম নম্বদা নাদ্না লৈরবদি মনুংগী ইন্দ্রি কয়া শোক্রবনি। চনীংদা লৈবা ইন্দ্রিশিংগী মফম মফমদা চাউখংপা তক্তনা থোকই। (**চনীং হায়বদি শদোনগী শক্লদগী কময়া ফাওবনি, খোইদৌ মখাদবু খঙনয়োই।**) খোইদোগী মথক্তা অমস্তুং খোইদো মথক্তা **চাউখংপা** কন্খংপা ওইরগা চাকখাওদা নাবনি খঙনগনি। য়েংখংবা মথক্লোমদা ওইরগা ফিরাক্কি, গোল য়াদারনি, নক্রুগা কোলোনদনি। **কময়া (Groins)** দা ওইরগা ওভারীদা শোক্পনি

নক্সগা এপেন্দীসাইটিসনি (য়েংলোমদা ওইরগা)। নক্সগা মুংশিং চেনবনি. বাউয়েলগী দোষনি। ময়ায় ওইবা য়াম্না কুমথনা নারবদি ব্লাদার ইউটরস, প্রোসতেদয়েন্দনি। এবদোমেন চাওখংপসি ঘী ওইবা য়াই। ওভেরিয়ানকীস্তনা নাইনব (overiancysis) বাউয়েল ইউটরস. পেরীতোনিটিসনা নাবা য়াই। নাবা অদুনা হেনগংলগা মুম চাউখংলকপনা পুক অসি (ড্রোপসি) ঈশিং হাল্লকপা য়াই। মুপীগী খোয় মখাদা ময়ায় চপ চানা তোংখংগা ওইরবদি গর্ভ লৈবা ওইবসু য়াই।

লায়য়েং— পুক্কবু নারবদি অংানবমক্তদা ঈশিং অশাবা গ্লাস অমা থক্কদবনি। হেক য়ারিবমখৈ শাইনগনি। অদুগা চুপ্তুনা থকপদি য়াদে। পুক্কা মুংশিং লৈরম্লবদি - তাম্থোক্ককনি। অমস্যুং মসল্ শূপচীন্ত্রীবদু অশাবা অদুনা কোমথোকইনগনি। অদুগা সারকুলেসন হায়বদি ঈ চংথোক-চংশিন হুনা তৌইনগান। অস্মুম্না হৌফম ওইরিবা মক্ক পুম্নমক মাঙইনগনি। ওরবা নক্সগা অহানবা থকপা ঈশিং গ্লাস অদুনা পোশাবা পীত্রবদি মতুংদা ঈশিং অশাবা মথং মথং থক্কদবনি। খৌনাওদা খুদোনবী থিংজিন্দুনা লোইনবা ৎখোকনি। মাদুদদা পুক্কা ফত্ত-হৌদি পুম্নমক শেংদোকনি। মতুংদা ঈশিং অশাবা গ্লাস অমা অনিদগী হেন্না ৎকপা য়াই। মদুনা খোই-রীবদস্যু য়োখিত্থনা মফম অত্থদা থবক অমুক তৌখিনবা ঈশিং অশাবা অদু থক্কবা মতুংদা ঈশিং অশাবা য়ারিমখৈ য়াম্না, এনেমা তৌগ-দবনি। মদুনা অমুক বাউয়েল অদু শেংদোকখিগনি। ঈশিং থকপদা ফপ্রবস্যু ফহুবস্যু এনেমাদি লৌগদবনি। অনাবগী হৌফম

অমবু ওইরবস্থু অমবু ওইরবস্থু মথক মথা তুনা খোইরীন থীরিন অসি শেংদোক্কদবনি। এপেনদিক্স ওইরবস্থু ঈশিং অশাবা অদুনা য়াম্না কান্নফম্রি, থক-খা অনি ঈশিং অশাবনা শেংদোকপা, মৈশা পীরা অসিনা খুদক্কা অনাবা নৈ। মতুংদা করি নাবগে হায়রবদু অমুক য়েংলগা চপ চাবা মথং মতেং ওইবা য়াবা নিয়ম লৌথদুনা হৌফম অদু লৌথোক্কনি। মসিনস্থু পোথাদ্রবা অনাবা অদুনা মশা কন্নবা ঈশিং অশাবদা চনীং তৌবা কান্নগনি। মিনিট ১০ দগী ২০ ফাওবা লৈগনি। ঈশিং অশাবদা ওম্বা চাংদা কল্লগা মতুংদা খরা খরা ঈশিং অশাবা হাপচিনবীদুনা শাগংহনগনি। খোউস্থু ঈশিং অশাবদা থমগনি। মতুংদা ঈশিং অঙৌবনা চামথোক-পীয়ু। নক্রগা ঈশিং অশাবদা অমুক ফম্বা, অঙৌবদা অমুক ফম্বস্থু য়াই। নক্রগা ঈশিং অশাবদা ফম্বা মতুং স্পোঞ্জ তৌবা নহগা ওন্ন-ওন্দনা অশাবা অঙৌবদা ফম্বা ২।৩ লক তৌবীয়ু। অঙৌবা অদু থুনা মতম খজিক্কা তৌবীয়ু। মী অদুনা লেঙবা ওমদনা নাবা-থিনবা ওইরবদি চনীংদা হিগা য়ৈবীয়ু। নক্রগা অশাবদা লুপ্নগা ফি অথাবা অমনা থোম্নীয়ু। ফি অকংবনা কুপশিনবীয়ু। মসি হন্না হন্না পীদুনা ফহনবীয়ু। পুং ১ রোম তৌবা য়াই। অদুগা অশাবা থোম্বা খুদিংগী (মতুংদা) অঙৌবনা স্পোঞ্জ তৌবীয়ু। চনীংদা নক্রগা হকচাংদা নক্রগা খোঙলোমদা অশাবা থোন্নবদি লাইবক্কা থুদৈ অচোংপা থোমগনি, লরাই লেম্ফু ওকশম য়েং-শিন্নকউ। অদুগা এপেন্দিসাইটিস কন্না হাইরবা মতমদদি অশাবা পীবা য়াদে। অঙৌবা থোমগদবনি। চনীংদা নাবসি থুনম্দা

চুরা অকুপ্পা নত্রগা করিগুম্বা থাক্তু হায়বদি কোরী, পুগাম্বুরী কুজনা নাক্লগা কৈ। কুজ নত্রগা শমজেংনা মানবস্থ কৈ। য়াদারদা নারবদি লৈ নত্রগা চীনবান য়াশা চীকশিন্দুনা থম্নগা কৈ, অগাং পোকপদা থাগুবা গুমদনা নারগা মথুন্তা পোৎ অমা কন্না পায়শিলহন্নগা নত্রগা খোঙনা পোং অকন্বা কাংখোন মখোঙগুম্বদা কন্না কাওশীন্দুনা থম্বী তৌহন্নু। পুম্ফ-ফহনবদি নত্তে ঙাইহাক ঙাইহাক মরীদা য়ৈ থিংন্নুনা নাবা ফহনবনি, থিন্নিবা নাম্বিবা মকম অহুদা খুংনা মন্থং য়েনা অনাবা অহু য়োনা নম্বা, পুক শুবা কৈ। খুহুম নত্রগা খুবাক্পা মকমদ্দা নম্বস্থ কৈ। মুংশিং লৈরবদি নম্বদ নত্তনা শুবা, মানবস্থ কায়। এপেনদিক্সদদি শুবা নম্বা য়াদে। নাবা চীকপা অদনা এবসেস অপোম্বা ওইরবদি বম্লগস্থ য়াম্না হেন্না নাই। পুকী ওইনা নাবা নত্রগা থাগী খোঙচংকী ওইনা মুংঙাইতবা ওইরবদি পুক্তা কিবুল শেন্নগা পুক্তা থম্নগা উপনা হিপ্তুনা লৈরগা কৈ। অম্নগা হোটবাটর বোটল নত্রগা বেগ অমা কিনা য়োমশিন্নগা পুক্তা থম্নগা উপনা হিপ্নগা লৈরবদি প্রেসারস্থ পী, মৈশা অভুনস্থ অনাবা অহু সারকুলেসন মহন্দুনা কহাল্লি। অহুগা খাইদগী ফবদি য়ৈশিং অশাবা থক্নগা এনেমা তৌবগা মান্ননা কান্নবা লৈত্তে হায়বসি কাউবীগস্থ। লিশাংশিংনা ক্তোনিক ওইনা পুক অস্থুম নাবসি নাক্নিবা মনা, মকম অহু মুম্না য়েংগনি। মকম মকমগী য়েংনা ঙাইহাক ঙাইহাক পেঙ্গানবগী ওইবা লায়য়েংস্থ তৌবা তাবনি, মসিগী মথক্তা য়ৈগী মঙ্গল হেনগৎনবা মশা কপৎনবা তৌবা মরুনি। অনাবা মকম অহুনা

মুন্না খঙলবদি নারিবা লায়না অত্থ ফনবরোমদা শায়য়েংগদবনি। অনাবা মশক খঙদ্রবদি চরা হেনবীয়ু।

নুমিং ২/৩ ঈশিংদ থক্তুনা চরা হেল্লগা, হৈ মহীদা থক্তুনা নুমিং নিনি অমুক চরা হেক্কগা, মতুংদা হৈ মহী অমস্তুং মনা-মশিংগী মহী থক্তুনা মতম খরা নৈনরগা হৈগা মনা-মশিংদগা চাহনা লৈগনি। চনাগা চিনিগা চারবদি ফত্ত-হৌদি পোক-হনবনা মতম খরা চাদবা কৈ। শাস্ত্র চাদবা কৈ। মরমদি পুন্না বেড়া তৌহল্লি। খরা ফরক্লগা ফম্ম ফম্ম তেবা য়াবা শাক্তেন খরা তৌগনি। শাক্তেনগী চেপটরদা য়েংবীয়ু। খুংনা ঈশিং লুপ্পগা হকচাং অসি থবাং, নংগন, পাকাম, কৈগন অমমমদ চোং-হককগা নাংবা, মচেং মচং লবা মখলগী ঈকুঞ্জবা য়াই, ঙন্নবা মংমদা পুংথিল কুমিথাংলাই চংহৎলপাকে। পুক্তা পোং অমা তাংভুনা নংবা নংগা নৈংমন ওননা পানবদা মখান্দা শোকপা নংগা মথুংদা শোকপা য়াগনি। অঙনা খুদক্তা ঈশিং অহৈংবগী ফি হোম্বা। অহাংবদা থওইহৌদগা ঈশিং অশাবা হৈ ম্বীয়ু। অহবু অশাবা হোম্নদি-ঈ হোক্লবদি অশাবা অহুনা ঈ হোকপা হেনহল্লি। অহুন কুপ্পা মুঃ। য়েংবা হৈবা মীওই কৈগন পুক হেক হিনবদা ইহান য়াম্না ঈশিং অশাবনা হুনা ঈকুজ্জ্বা কাহৌবম্ম য়ামা কাল্লি। হৌবা মতুংদা ঈ পুনবহু মপানগী নৈশারোমদা পুথারকপা দরকার ওই।

এবসেস (অপোম্বা)- করিগুম্বা মফম অমদা পোম্বা অহুগা নাই-চাবা অহবু খঙই। নাই অহুদা ওৱিবসি হৱাইট কোরপসল. সেল অশিবা, অতোপ্পা ফত্ত-হৌদি কয়া অহুগা জরম্ অহুগা তোকসিন

ঙাক্তনি। এবসেস হায়বসি মপানদা অমস্তুং হঞ্জিন্না লৈবা অপোম্বা জাং কয়া লৈ। য়ায়রোঙ, খোইমজুম, ফেলোন অমস্তুং ল্বাইজ অসিনা মপালদা ওইনা পোম্বা থঙলৈ। টি, বি, এব্‌সেস নত্তবা অতোপ্পা অপোম্বশিং "কোল্ড এব্‌সেস" হৌংনা পোম্বা হায়না থঙলৈ। মসি এক্যুইট হায়বদি অথুবা ফর ফর হাইবা লায়নানি। পোম্বা মফম খুদিংদা নায়, চীকই। অসিগুম্বা নাই চারিবা ইম্রি কয়াদা থোকই। অহুবু ইম্রি অহুগী মচেৎ থরদা মহৌশাগী ওইবা হকচাংদা লৈজবা পাঙ্গলনা পল থাগত্তুনা হকচাংগী অতোপ্পা শরুক্তা ফত্ত-হৌদি অদু শন্দোকখিদনবা কন্‌না হোৎলৈ। অদুগা মখোয়না থ্বাইদগী তৌগন্‌বা মফমদি নাকোং, য়া, সৌজ, থবাক, নংগম্নি। হেকমদি হকচাংদা ফত্ত-হৌদি য়াম্না লৈব-দগীনি। মরমদি অপোম্বা পুম্নমক অসি ফত্ত-হৌদি লৌথোরকপগী থবক ওইনা তৌই। করিগুম্বা কালদা অপোম্বসি মপানগী উক্সুন-ৱাইফুন্দগী চঙলকপা মহীক মতাংদগী ওইবস্তু য়াওই। হকচাং মনুংদা ফত্তবা লৈরগা হকচাং পুম্বা শন্দোরকপনি।

খুদম—করিগুম্বা মফম অমদা হেক পোম্বদা মফম অদু অপোম্বহু চাউথংলকই। ঙাঙশিল্লকই। অঙাঙবা অদু স্নুম হেঞ্জিন্না ঙাঙ-শিল্লক্তুনা ঙাঙনা মুরকই। নাই চারকপগা লোয়ননা চীক্লকই। মতোন্দা নাপূৱোই, অঙৌবৱোই তৌবা অপীকপা মফম অমা উই। মহুদা এবসেস অদু পোকখাইরকদে ৱিবনি। অপোম্বদু স্নুম কন্-থংলকই। হম্ হম্ লাওনা চীক্লকই। কল্লম্‌ইবদু নাইনা অপোম্বদু থন্দুনা তোংশা পুম্নমক পথরক্লবা মতমদা পেৎলকই। মহী লৈদুনা

কোইচেন চেনবগুম্বা অদ্ খূংনা নম্বদা ফাওরকই। মসিব্রাইদা পায়বদা নাদি অদ্ক নাগ্রগা য়াম্না শোকহন পায়হন্নীংদবা (Ten-dernen) অমা পোকই। মতুংদা অপোম্বদ্ পোকখাইরকপগা লোয়ননা নাপু মানবা অকুংবা নাই য়াম্না ঈ থরগা লোয়ননা থোরকই। মচীন অথৌবা অমনা নাই অদ্ থোকহনবস্থ কৈ। মরমদি উনশা অদ্ কন্মন্দুনা মতোমদা পোকখাইজরকপা ঙমদবস্থ য়াওই। নাই হেক থোকখিবগা ফগংপা হৌই। পাক্লা চাউনা কন্বা অমস্থং হৌফম মতুং ইমা ফগংপদা থুবা অমস্থং তপ্না নাই কাইরিবা মফম অহুদা পোমখত্নুনা নাই ওইনা চংথ্রিবদ্ময়োন চিংখত্নুনা হোরিবা মফম অদ্ মেনশিল্লকই। মথক অদ্ ফাওবা ফহল্লগা দাগ অমা অদুম নৈংহৌই। অদুগা খুদম অতৈগী মনুংদা লাইহৌ হায়কৈং তৌবা; উনশা কংবা, উনশা শাগংপা, নৈল কংবা, স'লবান কাবা, খোঙ হাপ্বা য়াদবা, চানীং থক্লীংদবা পোকই। মনুংদা পোম্বস্থ খুদম অসি নৈগনি। অদুগা চীকপা নাবদি কয়া য়াম্না থীনা মনুং অদুদা পাক্লা পীক্লা হেজিন্না শোকপগে হায়ব-সিনা খুদমসিস্থ হেল্লৌ ৱাংলি। নাই হেক থোকখিবদা খুদম পুম্নমক মাঙই।

লাযয়েং— মসিগী লায়য়েং অসি মথল অনিনি। অমনা অপোম্বা অদ্ হজ্জিন্হন্বা অতোপ্পা অমনা নাই চাদ্না ফত্ত-হৌদি লৌথোকপা। হজ্জিন্হনবগী থবক অসিদি খোঙ হাম্বা, য়ুং, হমাং নাংথিজনা থোকহনবগা লোয়ননা মহৌশাগী ওইবা নিয়ম্না হকচাং-দগী ফত্ত-হৌদি পুম্নমক শেংদোক্লবা লাক্লবনা পোমইবদ্ মহৌশাগী

খাইদোকখিবা শেংদোকখিবগী লম্বীদা চৎহনখিদ্রনা পোমখৎহল্লনবা এপসোম সোল্ট হায়বদি মেগ্ সলফ, চম্প্রা মপুম অমা মকু য়াওনা কুপ্না শোইরগা এলুমিনিয়ম নত্তবা পাত্রদা য়াম্না শাহন্না মেগ্সলফ খরা হাপ্লগা নোইখাইরগা অপোম্বদা থোম্বীয়ু, লংদার নত্রগা চে অপাবা অমনা মথক্তা কুপ্লগা ফিনা য়োমশিনবীদ্রনা থাদনবা পূং ২০ লৈর-লৈরগা শিন্দুনা থোম্বীয়ু। নাই চাগদবা লৈরগা থুনা চাগনি। মন্নুংদা উনশা মতোম্দা ফুরিগুম নাই হানবা মচা মচা চোংথোরক্কনি। নাই চারোই। চীকপনা খাওবা ওমদনম্ব শোং মহুম, লেংজুম ফাওবা অস্থুদগী হেন্দোক্কুনা এপেনদীস্ ফাওবা চীকপা হেক্তা ফজখিবনি।

এক্নি (উরীং)— সেবাসিয়স্ লেগুগী লায়নানি, মায়, লেংখ ন অমস্থং নংগন্দা ক্রোনিক ওইনা উরীং জাং অমা নত্রগা মঙল কয়া থুংবনি। মায়না খাইদগী মক্ত ওইনা থোই। চয়োল অমা অনিদা তৌবম্ব য়াওই নত্রগা তংবা লাকপম্ব য়াওই। উরীং অসি য়াম্না পীকপ্রবা য়েত্তুম মতোনমুক্তা চাউবদগী হেনা মাংহ মক্ত মুক চাউবা য়াওই। লাইবক্তনা মশীং য়াম্না উগনি। খদাং অমস্থং চাইক্লংদা য়াম্না থোই মতোম্দ্রু মুই। উরীং অদ্রগী হৌফম অদ্রগী ময়ায়দা লেগুদ্র উবা ফংই। উনশা অসি থাগংলি, মোংলি, থাউ-ভাক্তা ওায়বগুম ঈচোং চোংলি। এক্নি তৌবা মীওই অসি কোক্না উনশা অসি উরীং লৈরবম্ব লৈত্রবম্ব কোক্না উনশা অমস্থং শম অসি থাউ তৈবগুম্না চোংপগুম থোই। করিগুম্না উরীং অদ্র কায়রবদি নত্রগা মেংখায়রবদি নারগা সেবাশম

হাঙ্গরদি থাউগা থোরক্লনি। থরনা ফগংপা, থরনা কংবা, থরনা নৌথিদবা, অতৈনা নোনা থুংলকপা, অসিগুম্বদগী মায় পুম্নমক দাগ ঙাক্ত ঙায়। এক্কি অসি মশীং য়ামই— উরীং মতোন মুখী অদুগা নাতোন ঙাঙশং ঙাঙবা "Rose nose" (Whiskey nose) এক্কি রোজাসিয়া অমিনি।

হেকম— লায়না অসি অমত্তা ওইনা তৌই। হৌকমদি য়াম্না য়ামই নিউরোসিস্ হায়বদি থরী নাবদগী হন্না লাকপনি। (Reflex) করিগুম্বদনা মহীক মতাংদগী থোকপনি। মহী মনাই ওইরবস্তু মহী মপাঙ চঙলকনবা নত্রগা মহীক মতাং হিংজনবা য়াবগী ঈগী অবস্থা পুরকইবহনা মরুনি। চিনি য়াম্না চাবা ঘী, থাউ, শা, ঙেক্কম য়াম্না চাবা, তুমদবা, মাংবা য়াদবা, ইউতরস্ অমস্তুং ওভারী নাবা ক্রোরোসিস হকচাং শোক্লকপা উনশা মসল্ শোম্ভরকপদগী থোকই। মসিনা মনুংগী হৌফম্ন। মপানগীনা অমোংপা উক্সুন রাইস্থন্না তুখোঙদা চঙবা গ্রেগু অসিগী মপান-লোমদা থোরকপা মখুন ফুনবদগীনি। ত্রগনা মরুনি। ক্লোমাইড পোতাসিয়ম আইওদাইদতায় অমস্তুং তারদগী লৌবা কয়া য়ানবা অহোঙবা সাবন শিজিন্নবদগী থোকপনি। হকচাং মরাই তারকপা নত্রগা নাক্লবদগী ফগংলকপদা হান্নগী চাক-এঙ্গাং লোয়নবা, শা, ঙা, ঘী অসি চাশিল্লকপদা হেক তৌগদি। নীংথিজনা হুম্বা ঙমদব-দগীনি। পুক্তা ফারমেন্ট তৌহনা খোঙ চিকেং চিকেং হাম্বা চাকথাও ফাক্তোকপা অসিদগীনি। অহুগা চা, কোফী, কোকো, অমেংপা, আচার, হৌদাক, চুরুট্ অসিদনা ঈ চেংহোক্‌চেনশিন

শোম্বহল্লি, মসিদগী খুংকা খোঙগা ঈংগনবা পুরকই। চহী ১৩ দগী ৩০ ফাওবগী মনুংদা লায়রবা ইনাকখুনবা লৈতে অমগা কমহনডা লৈবা মীতা, তাইকেং তাইবা মীওইদনা খিং হেন্না তৌগল্লি।

লায়য়েং—উনশা ফনবগী অমস্তুং উনশাগী লায়নাগী লায়য়েং পূম্নমক কৃপা য়েংগনি।

মহগা লোয়ননা ঈ শেংদোকুবা (এলিমেনেতিভ্) চীজ্ঞাক চাহনা লৈগনি। নুমিং ১৫ নি লৈরগা তপ্না তপ্না অমুক হান্নগী চীজ্ঞাক চারগা থা ১গী মতুংদা অ্ক ২/৩ লোবা ঈ শেংদোক-হৌবা খ্বাইদগী কান্নে। ঈ শেংনবগী লায়য়েং পূম্নমক অতুগা মফম অতুগী কান্নবা থবক কয়া লৈখৎতুনা ফহনবদা থুহনগনি। খ্বাইদগী ফবদি কমপ্লেক্সন ক্রুজ থোংলপ্ তৌবা ক্রুজ অমনা মায়, নঙ্গন নারিবা মফম অতু থক-খা, য়েং-ওই, নান্দুনা ঈ অসি উনশা মতোন য়ৌনা পুখৎতুনা ঙাঙশং ঙাঙহনগদবনি। ঈশিং নূপ্নগা চোংনা অমস্তুং কংনা নানবা য়াই। নোংমদা অমুক্তা মনাল্লু। ফিনা হিংচাবী মমায় শাবগী মহুম্না মায়খুম অমা শারগা অপাবা ফি খরা থূপ্লগা ঈশিং লূপ্তুনা অহিং তুম্বদা থোন্নবদি য়াম্না কান্নে। কংলক্লবা মতমদা অমুক ঈশিং লূপ্লগা থোগ্নীয়ু। লেংবান, নঙ্গন, উরীং থুংলিবা মফম পুয়মক্তা অহুম্না শেন্নগা থোম্বা য়াই। অহুগা ঈশিং অশাবা অঈংবনা ওয়া চাম্বা, তরোই-বদদি অঈংবনা লোইবা অসিস্ক কান্নে। চয়োন অমদা ৩ লক ঈশিং অশাবনা ঈক্লজথোকপা, হমাং অমুক্তং ঙাম্মোকপা খ্বাইদগী

ফবা ওমব্রবা এক্লিদা য়াম্না কায়ে। শাজেনস্তু মুংশাদা শংজেন থৌ-হনা শামহনা থোকহনবা কৈ। মুংশা য়াইত্নুনা মায় অহু হাইকেং মুশিলহনবস্তু কায়ে। থোঙ হাম্বা য়াম্রগা হেল্লি। মাংথোক্লবা লাক্লবীয়ু। থবায়গী পাঙ্গল হেঙ্গৎনবা হোংনবনা থ্বাইগী মক্লনি। শা, ঙা, গিনি, ঘী, থাউ, তুমদবা চাগনু, মনা-মশিং, হৈনা অয়াম্বা হৈনহনবীয়ু। খূৎনা চাক মেথৎকনু। য়াম্না নারবা চীকপনা হাক্লচরবদি ঈশিং অশাবা থোম্নগা ফজে।

এগালেকসীয়া (খোম থোক্লবা) অঙাং পোকপদা খোম থোক্লবা। খোম অসি থীননা লাকপা, মরাং কায়দবা য়াই—মুমথোকমক হেক থোক্লবদি য়াম্না তাওনা থোকই। মসিগী হৌফমদি অহল-লম্মনগী ওইনা লাকপা, ঈ কংবা, চোকথখিবা, মথুম-মরাং হৌবা, মবুক থম্না চাবা ফংদবা, মক্ল-মরাং, অমেংপা, আচার চাগনবা তুমদবা, পোথাবা ফংদবা, ঈ অসি হু চেম্লবা ফত্ত-হৌদিনা থনত্ত্রবা, অঙাং লায়য়ৈ চংপা, যৈথবা, মীয়াই চল্লবদা অঙাং লায়রৈ চংপা, অঙাং অহানবা থংনবা মথক্কীদা ওম্না খোম পীথকপা লেপ্তুনা থোকহনখিদবা, নত্ত্রগা মথংগী মথক্কী অঙাং কুইনা খোম পীথকখিবা অসিনা খোম থোকহন্দে।

লায়য়েংদি— অঙাং পোক্তিরৈঙগী মমাও অমস্তুং পোক্লবা মতমদা মশা ফনা থম্বনি। অঙাংগী থ্বাইদগী ফবা চীঙাকসি খোম্নি। মমা মশা ফনা লৈরগা হায়বদি খোম অহু হনগংহন্দনা পীথক্লনা থম্নগা মমাগী লায়না পোক্তনা, মশা ফনা লৈবা ওমই। কেথোক-মৌথো ক্লনা মচানা খোম চিংলগা থূনা অহল ওই। নহা ওইনা

লৈনবা খোমনা য়োক্লনা চৌগ্রাক অৌেনা অঙাং য়োক্লবগী মমা ঙ্গমসুং মচাগী খ্বাইদগী ফজবা থবক অমনি। ইউরোপ আমেরিকাগী মপী মমাশিং হায়রিবা খোম হঙ্গৎহনখিবা অসিনা মথং য়াম্না শোকহনবা উই হায়না অথঙ-অহৈনা য়ারকই। মৈরাঙ কায়না হেন্দি হেক্লিন্দনা চৌরাক চাগদবনি। মনা-মশিং অশংবা য়াম্না চাবা কানৈ। শঙ্গোম, মাখোন, শঙ্গোম মপান চাবা কানৈ। খোঙ হাম্বা য়াদবা ফজহল্লু। ঈশিং থবা য়াম্না থকপা তমউ। ৎংথক থক্লবদি অঙাং মবুক নাগনি। শাজেন চাং নাইনা তৌবা তশেংবা মুংশিন্না মীহুৎথোং হাংদোক্লুনা তুম্বা তমগনি। গর্ভ লৈব্রবদি মুপ্পাগা হিপমিন্নদবা কৈ। হায়খ্রিবা ময়াম অসি অঙাং পোক্লগা খোম থোক্লবদি চেকশিন্না মথং মথং ইনবীয়ু। পোখাবা শাওহন্দবা তুম্বদা মপুং ফাহনবা য়াম্না দরকার ওই। ৎকপদা লোইহৌদ্রগা শেংনা তুমদোকউ। খূত্তনা তুম্বা কৈ, পম্ফ শিঞ্জিন-বীগনু। খোম কংহনগে হায়রবদি শা য়াম্না চাশিল্লগা য়াই। মরম অসিনা শা-ঙা চাবগী মহুত্তা প্রোটিনগীদমক নট পূম্নমক শিজিন্নবা মহুগী মথক্তা শঙ্গোম থবা হেন্না ৎক্লগা কৈ। হৈগা মনা-মশিংগা য়াম্না চাবীয়ু। হৈ হায়বদি—কিসমিস, কমলা, লফোই, এপ্‌ল হায়বনি; হৈখা, মালহৈ, চুমহৈ, চোরফোন নত্তে। খোম অহ খোমজিনলোমদা তুম নান্দুনা তপ্না নোইবা কৈ। খোম তুমদোক্লুনা লৈরবদি থাগী খোঙকাপ লাক্লে। থাগী খোঙকাপ থুন্না লাক্লবদি খোম থোকপা হেল্লি। অহুনা খোম থোক্লবদি মপাগা হিপমিন্নগনু। ওভারীগী থবক লৌংখিনা পাংথোক্লবদি

খোম থোকপা হনগনি। খোম নীংথিজনা থোক্লগদা ইউটরস অসি গর্ভ লৈত্রিডৈগী মমাঙদা লৈরম্বা মওং চপ চানা হঙ্গিনবা ঙমই। ইউটরস্না চাউহনা বেগতোনা লৈরবদি মম্‌মরী এক্সট্রেক্ট পীবা কানৈ।

ঈদা আলকালি হেনবা (Alkolosis)— প্রেস্ত্রীক জুইস্‌তা হাইড্রোক্লোরিক এসিদ্‌ ৱাংলগা তৌই। মী অহু পংঙদা ওহনা লৈগনি। আলকাইন যাওবা হিদাক য়াম্না পীজবদগী থোকই। অদুগা হিষ্টরীযাগুম্বা য়াম্না শাংনা স্বর থুনা হোনবদগী কার্বোন-দাইওক্সাইড পোকপদগী তৌবনি। সেন্ট্রেল নার্ভস সিষ্টেমদা শোকপদগীস্থ থোকই। মসিগী খুদমগা টেতানস্‌গী খুদমগা হাইফেং মানৈ। কবিগুম্বা কেসতা থোইদোকপা খুদম্‌ উদবা য়াই। অতোপ্পদা ইফিং ফিদনা পোথাকম খঙদবা, ইপাও ঙাওবা খোঙ-খুং অহু মরেঙ মরেঙ চংপা অহুগা শিথবা-পঙথবা য়াওই। মায়দনা মরেঙ মরেঙ চংপ, য়াম্না মথ্‌ম-মরাঙ হৌবা, মীংপান অসি চোংবা, বাঙ চিংবগুম থেকথোকপা অসি উই। আলকালি য়াওরম্লবদি খুদক্তা থাদোকদবনি। স্বর থুনা শাংনা হোনবা অদুস্থ যেংশিনবী-গনি। অনাবা অহু খুহুম্মুক শাংবা ৱবর তোংজৈদা স্বর হোলহনবদা কানৈ। ওমনবদগী, হাইড্রোক্লোরিক ৱাংপদগী, তৌরবদি সোদিয়ম ক্লোরাইদ্‌ নম্ভগা হুম খবা যানবা ঈশিং পীথকপা কানৈ।

এলোপেসিযা এরিটা ওখি থুংবা (Alopecia Areata)— শমজাবীনা চাদুনা কোক মচেং মচেং তাঙবা। তপ্না-তপ্না কেন্দুনা লাকপস্থ য়াওই। অহুগা পুনা হেক্তা মচেং-মচেং তাঙকপস্থ য়াওই।

মরী শোনবদগী অয়াম্বা ল'কপনি, ঈ অসি শেংদবদগী নক্রগা অরা-অনা, অকি-অখং অমদগী পোকপনা নমই। নক্রগা মহীক মতাংদগী ওইবস্ত য়াওই। তাকাদগী লাকপন্স য়াওই। এনদোক্রাইন্ গ্লেন্দ শোকপদগীস্ত থোকই। হকচাংগীদা য়েংহনা শেংনা হিংলিবা মীওইদ মসিদি থক থোক্ল। কোয়রপ, কোযরপ, কোয়না শম হেক্তা হৌরক্লবনি। কোক্তী উনশা অহু মচুদ হোংবগুম তৌরকই। অহুদগী শোকইবা মফম অহু তাইফেং তাইরকই অহুগা পথরকই। করিগুম্বা মতমদা শম হৌবা মফম মখৈ হায়বদি পা, পিগুম লোইনবা শোক্লকনি। মী অহু মকোক পূমতাঙ তাঙই। অঙাংদদি খোইশাংননা লাংযেংবস্ত চঙই। ফহনবা ঙমই। অহনদদি রায়। চায়ান অমদা অফবা সাপোন ২/৩ লক লুজথোকউ। ঈশিং অশাবা অমস্তং অঈংবদা ওন্ন-ওন্না ভূমথোকউ। নোংমদা ২।০ লক তৌবা য়াই। হকচাং ফনা থম্নবা লাক্লবনা খাইগী মক্লনি।

ঈ অকংবা (Anemia) — ঈগী চাং হন্থরকপা নক্রগা ব্লড সেল হন্থরক্লগা ঈ কংবা ওইরকই। ঈ কংবসি মখল য়ামই— থুনা হেক্তা কংশিল্লকপা, খোইশাংননা কংশিল্লকপা, ক্লোরোসিস্, পার্নীসস্ এনেমিয়া অসিনি। প্রাইমারী এনেমিয়া, সেকেণ্ডরী হায়নস্ত খায়দোকই। প্রাইমারী এনেমিয়া হায়রগা ঈ কংবা মকং অসি তোঙানবা মওংদা থোরকপগুম উই। ঈ শেম্নকইবা ইন্দ্রিশিংগী ফংলক্লবা অবস্থাদগী থোরকপা অহুগা ঈগী সেল অহু শেমগৎলক্লবস্ত হেক হেক মাঙহনবদগী থোরকপনি। পানিসস্ এনেমিয়া অসি প্রাইমারী এনেমিয়াশিংগী মনুংদা অমনি

লায়না খরনা লৌই। সেকেণ্ডরী এনেমিয়াদি অনাবা অমদগী থোরকপনি, হৌফম খণ্ডই। ঈ য়াম্না থোকখিবা— হকচাং মপুং অমম্পুং মপান্দা থোম য়াম্না থকথোকখিবা (নাওরোন খুবদগী), য়ুংদা অানবুমিনস য়াম্না য়াওরকপা, কেন্সার, টি,বি, লিদ পোইজনীং-নচিংবদগী পোকই।

একুাট এনেমিয়া— ঈ হেক্তা কংশিল্লকপসি হকচাং মপুং অমম্পুং মপান্দা থুনা ঈ থোকপদগী লাকপনি। থাঙ, তা-না শোকপা নম্রগা ওপরেসনদগী থোকপনি। মসিদদি (এনেমিয়া) ঈ কংবসি লায়না অমা ওইনা লৌরোইদবনি। ঈ শেমগংনবা ইদ্রিশিং পূয়মক মশা শোক্তনা লৈবনা হকচাং ক্ষগংনবা, ঈ হাইগংনবা, চাবা-থকপদা মক্তওইনা ঈ থাংনবা চিঙ্গাক পীজবা, ঈশিং খর ময়না পীংক্রগা মতম খরগী মনুংদা মফজরকই। করিগুম্বা লায়নানা ঈ য়াম্না থোকহনখিবদগী এনেমিয়া পুরকই; পুক্কী আলসার, ইন্টেষ্টাইন, খোইরীনগী আলসারদগী ঈ থোকপা, থবোম্বীদগী ঈ ওবা, নুপীগী ঈ য়াম্না চৎপা, নাতোম্পগী নাহি কুইনা তাবা, হকচাংগী মনুংদা করিগুম্বা মফমদা ঈ উতোং কায়গনা ঈ থোকপা অসিদগী ঈ কংবা থোকই। মওং অসিদদি নোংমগী মনুংদা ঈ য়াম্না কংথরে হায়বা খণ্ডই। য়াম্না নুংঙাইতবা মতাংদি ঈ মচিং মচিং মাঙখিবহুগী ফল ওইনা চয়োনমুক্তী মনুংদা অয়োবী মওং অমম্পুং মতাং খণ্ডলকই।

কুম্‌লায়না ওইনা ঈ কংশিল্লকপা (Chronic anemia)—মতম খর চঙনা স্থুম স্থুম ঈ কংশিল্লকপ লায়নানি। নুপীনা খিং হেন্না

মওং অসিদা নম্মী। মুপীদি হকচাংগী অরুম্বনা লৈক্ষম থোকপা চাংদগী ১০% তানা ঈ লৈ। অহুগা নুপা ওইবগী খোমজিংবা অমস্থং থাগী খোঙচৎ হায়বা অনি অসিস্থু ঈ কংনবগী মরুওইবা মরম ওই। খোইরৌন্দা তীন (worm) লৈবদগী ঈ কংনবা মরম ওই। ফবা নাইদনা খোইশাংশিংনা মাংবা য়াদবা, খোঙ চিফেৎ-চিফেৎ হাম্বা, তুমদবদগীস্থু ঈ কংবা লাকই। লাইহৌ নক্ষগা লাইহৌ পুরকপা য়াবা হকচাংগী ওবস্থাদগীস্থু ঈ ওকংবা লাকই।

তাইফেৎ তাইবা লায়না (Chlorosis—green sickness) নুপীমচাশিংনা লৈশাবী ফারকপা মতমদা তৌগল্লি। ঈ থাংদবদ নত্তনা উনশা অসি কোস্ট্রৈর মচু ওইরকই। মীনা চানদবা চিঙ্গাক য়াম্না কন্না চানীংবা পোকই। পৃক্রা য়াম্না কননা নাবা অমা ফাওরকই। মপূক্রীং ইনুং নুংঙাইত্তে, হৈনিংদে, ইপঙ পঙশিল্লি, ওয়, (Vomit) অহুগা মমিংতা পোং পুদিংমক অনিথোক্রা উই। হৌরকক্ষমদি অতৈগা অক্সানি। মখোয়না লৈবদা কয়া হৈনদবা মক্ষমদা লৈরবা, লমচৎ কয়া মশা ফনবদা চংপা ঙম্হন্দবা, মপুক্সি অহু অরাবা তাবঙুম্বা থোক্লবদা তৌগল্লি।

পার্নিসস্ এনেমিয়া লিশাং শিংনা ঈ অকংবা ওল্লকপা— মুগ অসিদা থোকপা লায়নানি হায়না লৌনৈ। অঙাং মথং মথং ওইনা নাওরোন কূংনা অঙাং য়াম্না পোকপা নুপীনা মীয়োনবা মতমদা থোকই। মুপাদগী নুপীনা হেন্না নাই। নাবনা মীয়ায় চল্লকপা মতমদা থোকই। মমৈদা চপ্রা মচু মানবা উনশা লাকই। ঈদা রেড কোরপোসল্ ময়েং থীনা তারকই।

যসিনাময়ী শোকহন্দুনা হিংনবগী মপাঙ্গল শোম্বহনবনি। খোঙ হাম্বা, ঈশিং ওইনা, হুমাং ওইনা পুখোকখিদবা ফত্ত-হৌদিনা হকচাং অসি ফুনখিহনা অহুগা ব্লড কোরপোসল্ অম্বু শেম্লিবা ইন্দ্রিশিং অহু ফত্ত-হৌদি হুনা কূপখিহনা 'সেল' শেমগৎপা ঙমদহনা, শেম-গৎলগম্বু হেক হেক হু অহনা মাঙহন্দুনা ঈ কংবা হায়বসি পুরকই। খোঙ হাম্বা য়াদবা, চানবা চিঞ্জাক মতিকচাদবা, নোয়-পেলহনবা চিঞ্জাক ফংহন্দবদগী নত্রগা চিঞ্জাক লানবদগী, চাবা লানবদগী, তুমদবা, ইমুং-মনুংদদা লৈশিনবা, নুংশিৎ-নুংশা ফংদনা লৈবা অহুগা খবক ঙম্বা হিংনবগী পাঙ্গলবু হেক হেক মাঙহনবা লম্বী কয়ানা এনেমিয়া পুরকই।

খুদম :— ঈ কংবসি হৌফম মতুংইন্না তপ্না অমম্বুং থুনা লাকই। ঊনশাসি তাইফেৎ তাইরকই, ঊনশা অসি ঈংই। কোক চাওই, হেক বাইম্বে, শোল্লী, খোর চনীং-চমাঙ শম্বদে। নাকোংদা নিং-নিং, ১ম্বুং ঙ্ঙোঙ ঙ্ঙোঙ ঙংই। মীৎ তল্দন পাই। মীহুন পীকই অমম্বুং থুই। টেম্পরেচর হৈম্বে। লৈফম খঙদনা ফিংগৎলি। খোঙ-খুৎ, মায় ঈংই। মীৎপান মথক-মখা তাইফেৎ তাই, য়ারী ঙৌরকই। খুজীন মনুংগী তোং অহু তাইবদগী খুজীন্দু য়েংবদা ঈঙৌ ঙৌই। মমৈদা ওনীংই, চাক লামদে। ঈ থোকপদগী ওইরবদি খিংবি-ত্রবদি বাইম্বে, অঠুম শিবনা নমই।

লায়য়েং :— করিদগী থোকপগে হায়বহু মুন্না য়েংলগা হৌফম অহু থিগদবনি। ঈ য়াম্না হেনগৎনবা অমম্বুং ঈ শেংদোক্লবা উপায় খুদক্তা লৌখৎকদবনি। ঈ থাংনবা হোৎনরকপদা চিঞ্জাক য়াম্না

চাশীল্লকপা মাঙনবগী মশক্তি। ঈ থোকপা লৈরবদি হেন্না থোক্কনি, অদুগা ঈ অকংবা ওলহল্লিবা লায়না অদু হেনগৎহনগনি। অহান-বমক্তদা হৈ ঙাক্তা চাবা কৈ অদুগা একুাটতদি মগুণ লৈবা পোং চাং হন্থনা চাগনি। ভীটামীন, মিনরেল য়াম্না য়াওবা পোংনা মরু ওইনা চাগনি। শঙ্গোম, শঙ্গোমদগী থোকপা পোংশক, শঙ্গোম মপান, য়েরুম মমুৎ, অশংবা মনা-মশিং, লিভারস্থ পীজনৈ। নুংশো য়াইবা, নুংশিং অশেংবদা লৈবা দরকার ওই। হেমোগ্নোবীন অমস্থুং লিভার এক্সট্রেক্ট শিজিন্নবা য়াই। কুমলায়না ওইনা নারবদি হৈ ঙাক্তা চাহুনা লৈবা কৈ। নোয়রবদি অমুকস্থ হৈদা থরা শাংথনা লৈবা য়াই।ময়াঙকংবা অশোনবা মীওই ওইরবদি হৈদা নোংমা নিনিদা লৈরগা চিঙ্গাকী চাং হন্থরপ্ চাবনা ঈ শেংদোকহনবা অদুগা ফত্ত-হৌদি লৌথোকহনবগী থবক হেনগত্তনা ফত্ত-হৌদিনা ঈ মাঙহন্নবা হোৎনরকপা অমস্থুং হিংনবগী পাঙ্গল হন্থহনবদু ফহল্লি। হৈ অশীনবা, কমলা, কীহোমগুস্না চাবা, নোংমদা অহুমলক চাবনা থ্বাইদগী কৈ। মুংঙাইরক্তবা মতমদদা তোক্কনি। থরা কুইনা লৈবা কৈ। শঙ্গোম ঙাক্তা থক্তুনা লৈরবস্থ য়াম্না কান্নবা পীগনি। হিংনবগী পাঙ্গল হেনগৎহনবা শাজেল লৌথংকনি। শাজেলশিং অসি নোংমগী হেনগৎপা অদুগা শাজেল তৌত্রগা ব্বাকিং অসি নোংমগী কোঙ্গোং অমা, থোংনাং অমা হেনগত্তনা চৎপা ত্তমগনি। অস্থুম্না থঙ্গোয় অমস্থুং থবোঙ্গীগী পাঙ্গল কন-থংহনগনি। শদোন য়েৌনা খ্বোর শাংনা হোনবা তমগনি। মপান্দদা লৈবা, তপ্না তপ্না শান্নবা মথল ১/২ লৌখংপা দরকার ওই।

সুংশা য়াইবা কায়গনি। নায়বদি মপান্দা, মাঙ্গোল-শঙ্গোয়দা ভূম্বা ঠৈ। মীং নত্রগা বাখল কুইনা শিজিন্নবা ফত্তে। শা-ভাগী লিভার সুতিগী চাবদা খরা খরা হাপ্পা য়ায়া কায়ে। খোঙহাম্বা বেরা তেঁইনবা য়াদে। ঠৈ অমস্তুং ঠৈ মহী, মশিং-মরাং য়াওবা মনা-মশিং চারগা খোঙহাম্বা য়াগনি। ঈশিং অশাবদগী নোংমা-নোংমগী স্তুম ঈংথহন্দূনা অঈংবা ঈশিংনা ঈকুজবা তমগনি। নম্বা-নোইবা, পুক শূবা, য়াঙ নম্বা চাং নাইনা তৌবিয়ু।

থবাক নাবা— **Angina pectoris (breast pang)**— মখাথংবা থবাক শূপচিন্দূনা খোর থিংগদৌবগুম নাবা অচুম্বা ফাজিল্লকপগুম্বা লায়নানি। থম্মোয় অমস্তুং ঈ উতোংদা অহোংবা অমগা লোয়নবনি। এংগিনা অসি অচুম্বা অমস্তুং অয়ানবা মখল অনি শুই। ফোল্‌স্ হায়বদি অয়ানবা এংগিনাদি চুম্নগী চা, চুরুপ, কোফিনচিংবা হেন্না শিজিন্নবা অচুনা ভূমদবদগী ভূম্নবা ইন্দ্রিদা বেরা লাকপা নত্রগা মরী শোকপদগী নচুগা নোয় পেল্লক্রুবদগী থোকই। অচুম্বা এংগিনানা কোরোনারী আর্টরী হায়বা হার্টতা ঈ পীহনা হার্ট মশামক নোয়-পেলহল্লিবা ঈগী উতোং অঃ কনশিনখিদ্‌না ঈ চেন্দবদগী লাকপনি। মহৌশানা হার্টকী মসল্ নাই। অচুনা অনাবা অসিগা হার্টতা ঈ চেম্মোক-চেনশিন য়োরক্রুবা অতনা থংনা থংনা নাবা মনা অমা পীরকই অচুম্বা থম্মোয়না থবক হেন্না তৌনবা লাক্রজরকপদা খোর হেক হেক ফুল্লি। থবক থজিক্রং হেক তৌবদা অনাবা নত্রগা খোর শোকপা হেনগংহল্লি। মসিদগী এংগিনা পেকটোরিষ কৌরিবনি।

খুদম — য়াম্না শোকপা-শোক্নবগী মতুংইন্না খুদম অসি হোংই। করিগুম্বা য়াম্না পুক্নীং মথুম-মরাঙ হৌবা, কিবা, ফিংগৎনা থবক কয়া নোম্বা, অচুম্বা এংগিনাগী খুদম হায়বদি নাবা অমম্বুং কাজিনবা অহূগা খোর থিংবা হেনগৎলি। য়াম্না থুনা থীনা নাই। নাবা অসি থম্মোয়দগী ওয়গী শেপ্রাকলোমদা খুদাং ফাওবা অহূদগী খুজীন মন্নুং ফাওনা নাই। হাট´ অসি কনাগুম্বা অমনা মেৎ-শিনবগুম্না অনাবা ফাওই। পুক্নীং চোই, খোইরাঙই, শিরগত্না কিরকই। হেক হৌরকপদা থম্মোয়দা পায়হনা হৌগত্‌না লৈ নত্রগা ফমহনা লৈ। মমায় তাইফেং তাই, হুমাং অঙৈংবা কাংই। খোর কায়রকই। করিগুম্বা কালদা রাম্বুবা য়াওরকই। করিগুম্বা কালদা থবোম্বীদা ঈশিং লৈরকই (adema or dropsy of the lungs)। নারিবা মনা অসিদা সেকেণ্ড খরা নত্রগা মিনিট ১/২ লৈ, পুক্নগী মুংশিং থগেবগুম তৌরগা লেপখি। মীশক অহ মুমিং ২/৩ দি অয়োবীদা চোকথহনা লৈ। অহূগা পুং অমদা মশীং নাইদনা হৌবম্ব য়াওই। চহি কয়া মতৌ অম্মুয়া লৈবা য়াওই। অহানবা অমুক অনিরক্তা শিবা য়াওই। অহূগা থোইনা শাথিদবা মওংদা ৎবাক্নী শক্ন মথাদা নাহনা লৈবা অহূগা করি-গুম্বা থবক অমা হেক তৌরুবগা মদ্‌গুম্বা মথলগী থরদং মুংঙাইতবা থেংনরকপদ্‌ য়াম্না চেকশিনগদবনি। পোথাদ্‌না লৈথোকদবনি। থবক তৌবা নত্রগা মথুম-মরাঙ হৌহনবা য়াদে। অদ্‌ নত্তবদা অয়াংবা এংগিনাদা অদ্‌ক শাথিনা নারগম্ব খুৎ-খোঙ ঈংবা, মরী নাবা, হিষ্টরীয়াদা নাবগী খুদম কংবা, হৌগত্‌না ডাওনা

ইফিং-ফিংনা হৌরকপদা চংলি। পুক্লীং য়াম্না লৈতাদে। খুদক্তা খ্না হেক্তা হৌরক্কে। শিবদি শিগনদে।

লায়য়েং— থূনমক পোথাবা, পুক চনীং অমস্নুং থবাক্তা ঈশিং অশাবদা লূপ্লগা থারপ, তৌবা ফি ৩/৪ লোল্লগা থোমগনি। পুক্তা মুংশিং লৈরবদি ঈশিং অশাবা থক্কনি। ঈশিং অশাবনা থোম্বদা পোথাদ্রবদি ঈশিং অঈংবা অশাবা ওল্লা-ওল্লা, অশাবনা মিনিট অনি, অঈংবনা মিনিত অমা ফগ্রিফাওবা থোমগনি। মদুদনা ঈ চেপ্লোক-চেনশিন্দা মতেঙ পাংদুনা ফগৎহল্লি। লায়য়েং চান্নবদি আর্টরী কনশিনবা ফনবা লায়য়েংপা মান্নগনি। এনেমা ভৌহ্বনা বাউয়েল শেংদোক্কনি। অতুগা হৈ চাহ্বনা নহুগা ঈশিংদ থক্কুনা থুমিং হুম্নি-হুম্নি চয়োল অমা অনিগী মরক্তা চরা হেনগনি, মরক অসিদা চুম্নগী মনা-মশিং চাকা হৈগদা চাহ্বনা লৈগনি। মুংশা য়াইবা, খোর শান্নবা অতুগা শাক্তেন থরা থরা কনথংনা তৌগনি। পোশাবা অমস্নুং ভূম্বা মরাঙ কায়হনগনি। শাংনা চরা হেল্লবদি মতুংদা শঙ্গোম ভাক্তা থক্কুনা লৈগনি। ময়াং য়াম্না কংলবদি শঙ্গোমস্নু য়াম্না কান্নে। চা, কোফী, যু, চুরুপ, হিদাক করিমত্তা শিজিন্নবা য়াদে। মথুম-মরাঙ হেবা মুংশা থীবা বারী-বাকম তাহনবা য়াদে। নোংমগী কবুলিয়া অমা, কোম্লোং অমা হেনগৎপা মখলগী বাকিং চৎপা ভমগনি। থা কয়া চওনা হোৎনগদবা লায়নানি। লৈকম থোকপা অরুম্বা চাংদগী খজিক্কুং হন্থহন্দুনা ময়াং কংলপ থম্বা ফৈ। নোয়থংপা পামবিগন্থু। অনোয়বা ফেট অমস্নুং তোং অহু মতম কূইনা হুনা থরা লৈহনা কহ-হৌদি থক্কম

ওল্লবনি। মতম কুইনা ভোং অহ্নু ফত্ত-হৌদিদা লুপ্তুনা লৈবনা এংগিনা পেক্টোরিষ পোকহল্লকপনি। ভোং অহ্নু থম্নগা থরায় হিংগে হায়বা খক য়ারোই। অহনা কার্বো হাইড্রেট ৫%, ১০%, ১৫% দা য়াওবা পোংশক্তা থেংথাঙ নাইনা চাহনা ভোং অহ্নু পাউণ্ড ২০ দগী ৩০ ফাওবা লৌথোকনবা লাক্লগদবনি। ভোং অহ্নু হু চেলহল্লিবা হকচাংগী ফত্ত-হৌদি পুরিবা ভোংশা পুম্নমক মাঙহনগদবনি। ইলেকট্রিক্যী লায়য়েং অমস্নুং রেকচুয়েল দাইলেসন্ ভৌবা কায়ে।

তাং শৌজিন্নখিবা এংকাইলোসিস্— তাং শৌজিন্নখিবা অসি মথল অনি শুই। অমনা শক্ল অনি অহ্নু অমত্তা ওইনা শমজিন-নখিহনা তাং অহ্নু অমত্তা ওইনা চৎপ্রবা অহ্নুগা লেঙবা স্নুকয়া য়াখিহবা, অভোপ্পা অমনা ফোলস্ নক্সগা ফাইবরস্ য়ানকাই-লোসিস্ কৌই। তাং ফারৌবা মরা (Ligameuts) অহ্নু তেনসিনখিবা অহ্নুগা থরদা ওইরবস্নু লেঙবা য়াবা অহ্নুনি। শক্লক থরদদা শোকপা, তাং শেল্লিবা শক্ল অনি অহ্নুগী মরক্তা লৈবা মশিং-মরাং য়াওবা মরা অহ্নুদা শেমজিনখিবনি।

হৌকম— অনাবগী লাইথৈ নক্সগা তেকখিবদগী থোকপনি। চাবা লানবদগী নক্সগা অরানবা অইতদগী হকচাং অসি ফত্ত-হৌদিনা থনপ্রবনি। ফত্ত-হৌদি অহ্নু ভাংদা লৈবা ঈগী মরাদ্ শুপচিন্না লৈখিবনা, অনাবা পোকহল্লি। অহ্নুদগী মশিং-মরাং ওইনা ভাংদা শৌগৎলকই। মাহনা অকনবা পোং ওল্লকপদা তাং অহ্নু লেঙবা য়ায়ক্তে। এক্সিদেন্টদা থোকপা ওইরগদি অনাবা অহ্নু নীংথিজনা শেম্নরবদি শৌজিন্নবগী থবক অসি ভৌদে। নারিবা অহ্নু

থৌওইহৌদ্রবদি শমজিন্নখি। মশিং-মরাং অহূনা শরু ওনথ্রবদি (ossified) শরুগী এংকাইলোসিস, শরু শমখিহনা তাং লেঙবা য়াদে।

লায়য়েং— চান্নবা শমজিন্নথ্রবা তাংদদি ওপরেসন নত্তনা ফবা ডমদে। থরদং লেঙবা য়াবিবা তাং অহূদি থর থর ওইনা নোংমগী থেকচিন্দুনা, নান্দুনা, নমদুনা, পুল্লিবা মশিং-মরাং অদু থুগাইদুনা অয়োবী তাং অদুগী শুগচিনবা মতাং য়োহনবা য়াই। মাহুগা লোয়নননা ঈ শেংবগী থবক কয়া লৌখংপা তাবনি। য়াম্না চীকপা নাবদু ফগ্রিডদা থেকচীনবা, নোইবদি ফত্তে। নাবা-চীকপা নৈত্রবদি লেঙবা হৌবা য়াই। থরা নারিঙেদদি নোংমা লেপ, নোংমা থেক তৌবা য়াই। চরা হেনগনি। মতুংদা শঙ্গোমদা নৈবা য়াম্না কান্নৈ। শঙ্গোম থকপা হৌবদা নাবা থরা হেনগংপা য়াই। শঙ্গোম অদুনা ফল্লবদি, শা-ঙা য়াওদবা চিঙাক্কা চাগদবনি। হৈ, মনা-মশিং শংথোংবা অমস্তুং অশংবা চাবা কৈ। ঈশিং য়াম্না থকপা অদুগা খোঙহাম্না য়াহনবা দরকারনি। ক্রুস অমনা তাং অদু ঈশিং লুপ্পগা নানবা দরকার ওই। নোংমা নোংমগী ওইনা থরায় হিংনবগী পাঙ্গল হেনগংহনবা কুটিন অমা পাঙ্গলগী মতুংইন্না লৌখংকদবনি। লেঙবা য়াদ্রিবা তাং অদুগী মতুংইন্না চক্র তকপা অসি থুনীংদা, ফি তুবা মেচিন্দা খোঙনা লেঙবদা থংজংদা শোক্রগা কান্নৈ। অদুগুম্না চিংবা, ইন্বা, লয়বা (turn) মথংগী থবক কয়াম্ তৌহনবা কৈ। শোকইবা তাং অদু ঈশিং অশাবদা মিঃ ২ অঙ্গংবদা মিঃ ১, মিনিট ১৫ রোম ঙম-ওম তাংবিয়ু।

শৌজ শোকপা (ফিসার)— শৌজগী মনুংগী হাও থোকপা মগ্রাম অদ্ শেগায়রর্বান। থোঙহাম্বদা য়ায়া নাই। খংচিক চীকপা, খংথিন থিনবগুম্বা অনাবা ফাওই। মতুংদা য়ায়া শারি শারি লাউবা, মিহুন হুনবগুম হম্ হম্ লাউনা নাদ্না লৈহৌই। থোঙ হামখিবা মতুং পূং খরা অদ্ম নাদ্না লৈ। মুংশং অমসুং ঈ কাপ্পা, ঈ ফায়রকপা ফিসারগা লোইনৈ। ফিসারগী মথক্তা মেন্টি-মেন্টেল পাইল তৌগল্লি। মুপীগী চাবোকপদগী ফিসার তৌগল্লি। থোঙহাম্বা য়াদবা অমসুং অমাংবা শুংভিনখিবদগী শৌজ অসি মাংথোক্নবা শংবদগী ফিসার তৌরকই। ফিসার অসি নৌরিবৈদা ফহলহৌদ্রবদি পাকথোরকই। মুংশংগী খুদমগা লোয়ননা অনাবা ফাওরকই অদ্গা মাংবদা নাই য়াওরকই। অশোকপা (ফিসার) অসি লায়না ফহনবা য়াই।

লায়রেং— খরা কুইনা চরা হেল্লগা মফজখি। মুমিং ৭/১০ নিদা চরা হেনবীয়ু। মুমিং হুম্লিরোমদি নোংমগী ঈশিং অশাবনা এনেমা তৌথোকপীয়ু। মতুংদা মুমিং খরদ্দি হাম্লিংদ্রবদি হামদোক্তনা লৈহন্দুনা বাউয়েল পোত্থাহনবা কৈ। নক্লগা ইপসোম সোল্ট খরা থক্তুনা মাংথোক্লগা মুমিং ২ শুবা অমসুং ৫ শুবদা এনেমা তৌথোক্লগা বাউয়েল অদ্ লেঙদনা, মাংথোক্তনা লৈজৈ। চরা হেনবগী মতুংদা মনা-মশিংদা চাদ্না। থোঙহাম্বদা বেরা তৌদনবা হোৎনগনি। শঙ্গোম ঙাক্তা থকপা য়াদে। শঙ্গোমদি মতম খরা থাদোকনি। ওলিভ ওইল্ খরা শৌজদা তৈশিনবা কৈ। ঈশিং অশাবগা সাবোনগা হেক হেক চামথোক্লগা তৈবিয়ু। ঈশিং

অশাবগী থেল্লপ তৌনা হিপবাথ তৌবা কৈ। নোংমগী অয়ুক শুংদাংবাইদা মুংশা য়াইগনি। হিংনবগী থরায়গী পাঙ্গল হেন্দংনব রুটিন অমা লৌখংকনি।

শৌজগী ফিস্তুলা— শৌজ হোবা—মনুংদগী মপানগী উনশা-রোমদা হোরকপা অমনি। অহানবদা ফিসারদগী স্তুম হেঞ্জিল-লকপনি। খোঙ হাম্বদা নাই য়াওবা, হাও য়াওবা অহুমক্তি তোদে। মথক্তা ফিসারদা পীরিবা লায়য়েং অহু য়েংবিয়ু। লৈখোমগী পেট ফিনা য়োম্লগা অহিং-অহিং থোম্বা, নোংডাল্লগা লোথোকপা য়াম্না কান্নি। এবংদামিনেল মসল কনখংহন্নবা শাক্তেল তৌবা য়াম্না কান্নগনি। হকচাং ফগংনবা রুটিন অমা লৌখংকনি।

শৌজ থোকপা— শৌজ অসি শোনবা, ফত্রাক-ফত্রাক লাউরকপা হায়বদি কোম্নকপদগী থোকই। ম্যাকস মেমব্রেন অহু শোনবদগীস্তু থোকই। খোঙ হাম্বা য়াদবা, ঈশিং য়াকম ফত্তবদগীস্তু থোকই। থুন থোকপা নত্রগা শরুক খর। মনুংদগী মপান্দা থোরকতুনা লৈবনি। শল শাহনা লৈরগা থবাক অহনা মোম্পাক শোক্লা লৈরগা তপ্না ইনশিনবা য়াই। মাংবা য়াহল্ল। হৈ মহীগুম্বা য়াম্না শিঙ্জিন্নহনা খোঙ হাম্বদা অপেংপা হাম্নগা কৈ। চনীং তীংবা অমস্তুং শৌজদা ঈশিং অঙ্গংবা লুপ্পা ফি থোম্বা কৈ। শল শাহুনা চংপা, লোংনা হিপলগা নীংদা মোন মচা অমা থমহনা থাঙ্গংলগা খোঙ থাঙ্গংতুনা শান্নবা, সাইকল তোংবগুম খোঙ ওংপা ২০০ দগী ২০০/৩০০ মশীং থীবদা চঙবা মতমহু য়োনা হেনগংতুনা শান্নবা কৈ।

খোন শিথবা (একোনিয়া)— ঈশৈ শকপা নত্রগা ব্রা ভাঙবদগী হান্না লৈজবা খোঙ্গেল য়েৌবা ঙমদবা অসি খে.ন শিথরকপননি। ভোকেল কোড'তা শোকপদগী লাকপনি। মসিদি অনাবা তোঙানবা অমা নত্তে। অতৈ অনাবা অমগী খুদমনি। হিষ্টরীয়া, লোক থুংবা, য়াম্না নাবা (inflamation), হেনজিন্না শোকহনখিবা (strain) মথূম-মরাঙ হৌবদগী লাইরিংগ্রৌটিস্ তৌবদগী এক্যাট একোনিয়া তৌই। এপোপ্লেকসী তৌবদগী নত্রগা য়াঙগী মরী — তীং, শক্ক শোকপদগী (তু-তাবদগী) থোকই। ক্লাক্সিমেনস্ শোর থে্াট হায়বহু মসিগী অতোপ্পা মওং অমনি। মসিগী মরুওইবা খুদমদি ব্রা ভাঙবা ঙমদবা, ঈশৈ শকপা য়াদবা, চীয়োনগী ব্রাঙাঙ-দোনা নাকোংদা ঙংবদগী হেন্না থোক্তে। মতম খরগা ওইনা লৈবা মওংনি। অনাবা অমগী খুদম ওইরগা অনাবা অহৃগী মতুং ইন্না কুইথনা লৈ। পুমফং ফত্তনা ব্রা ভাঙবা য়াখিদবস্থ য়াওই।

লায়য়েং—লাইরিংগ্রৌটিজ্‌দগী থোকপনিনা লাইরিংস্ ফগৎ-নবা লায়য়েং য়েংগনি। মরী মতাং শোনবদগী ওইরগা, অদুম হকচাং ফগৎলকপগা লোয়ননা ফখি। হিষ্টরীয়াগা লোয়নবা ওইরগনা মায়দা ঈশিং খর খিকচিনবদগীস্থ মফৈজ। "এদামস এপল" হায়রগা খঙনবা খৌরিদা অত্তোঙবা, অতুম্বা অমা লৈবহু নাকল অমরোমদা অনাবা অদুবু থোইনা থৌশাদনা লৈহল্লগা হাইরপ নানা ইন্সোকপীয়ু। মতুদা অনাবা মী অতুনা তৌন্নু নত্রগা নাই হায়রক্লনি। আঃ আঃ হায়হল্লু। অদুবু শিথরিবহু মতম খরদি পোখাহনা ব্রা ভাঙহন্দবা ফৈ। টি, বি, তৌবা নত্রগা

পেরেলাইসিস তৌবা ওইরগদি লায়না অহৃগী মতুং ইন্না হান্না লায়য়েংগনি।

এপোপ্লেক্সী—থোপ্পা লৈবা মরী অমদা, মরীদগী থোরকপা ফত্তবা মপ্রামশিংদগী থোকপা থ্রোমবোস্ হায়বা অহুনা ঈ চেন-খোক-চেনশিন থিংলগা, শিংলি অদু কায়দুনা থোপ্পা ঈ থোক-পদগী জ্ঞান পূন্নমক মাংবা অদুগা শোক্লিবা শরুক অদুনা কোল্লিবা থোপকী শরুক অদুনা কন্ট্রোল তৌবা হায়বদি থবক পুন্নিবা মরি লৈনবা হকচাংগী শরুক খোং-খুং হকচাংগী শরুক দয়া শিথবনি। মরুগী সেন্টর কয়া থবক তৌহন্দে। সেন্টর অহুনা থবক চলাইন্নিবা মফম পুন্নমক শিথবনি। হৌক্ষমদি মরী অসি কনশিনখিবা, মরাই তাবদগনি। মরী অসিনা অহুম্না শোল্লবদা অকনবা থবক অমা তৌবা নত্রগা মাংবা মতমদা মাংবা য়াদহুনা শংবদগী ঈ অসি কোকলোমদা য়াম্না হাইগংখিবুনা ফুন্নবা শোল-লবা শিংলি অদু কায়দুনা ঈ থোকই। অদুনা চহি ৪০ মতুংদা কিডনি হায়বদি ঈশিং য়াকম শোক্রবা, খুংনা নম্বদা কুত্তুনা লৈবা ব্রাইটস্ দিজীজ তৌরবা মী, মরী মরাই তারবা (hardening) হায় ব্লড প্রেসর লৈরবা, থম্মোয়গী মসল মরাই তারগা এপো-প্লেক্সী তৌগল্লি। তাং চিকপা, খুউ খুনোং চীকপা, অশোনবা, য়ু থকপা, খোং হাম্বা কুইনা য়ারক্রবা মীওই, ঈশিং নীংথিজনা থক্রবা মীওই, এপোপ্লেক্সী তৌগল্লি। য়াম্বা অসিস্তু হেক্তিনবা মতুং ইন্না জ্ঞান তাবা তাদবা লৈ। লৈ তিংথোকপা ওম্না য়াওই। য়া ডাংগদবগী হোংনরকপস্তু য়াওরকই। থোপকী 'পোন্দ' দা,

ব্রাভেনটীকুলারদা নত্রগা পাক্ল-চাউনা ঈ অহু থোকপনা রাম্ভ-হুনা জ্ঞান মাঙবহু (coma) শাথিবা হেন্নিল্লকই। কোমাদা লৈবা মতমদা মীৎ নহা অহু ফাক্তোকই। মীহুন অদু অহানবদা তপলম্মী। মতুংদা থুরকই অমসুং শোল্লকই। অহানবদা টেম্প-রেচর নোরমেলদা নত্রগা খবঈংথনা লৈ,মমৈদা হাইগংলকই। কোক অসি কোয়না লযবা হাইবা যাওই। ঈ থোকপা শিংলি কায়ব্রিবা মায়কৈ অদোমদা মমীৎ অদু হনগংনা যেংবগুম পাঙহুনা লৈ। মীৎ অদু থাউমৈ অঙানবা পুশিনবদা উইশিনবগুম শুপ শিনবা (reflex) লৈত্রে। থী-যুং পুমলেপ লেপখি। শোর অসি হোক্লিনবা মতমদা খজাই নাকল অনি অসি কুংশিল্লি, হোন্দোকপা মতমদা চীনবান যাওনা হোন্দোরকই। নাকল অমা শিথবনা নমই। মমৈদা শিথবা অদু ফরকই। রিফ্লেক্স অসি পঙথবা মতমদা মাঙপ্রবস্থ জ্ঞান তারকপা মতমদা অশোকপা মায়কৈদা (রিফ্লেক্স অদু) অমুক হন্না লাকই। রিফ্লেক্স অসি অশোকপা মাযকৈ অদুদা খর খর হেনগংলকপনা মমৈদদি লৈনরিবা অসিদগী য়াম্না হেনগংলি। শিথরিবা হকচাংগী শক্লক অদু অহানবদা য়াম্না চিল্লি, থেবচিনবা য়াদে। হকচাং শাগংলি, কোক চাকই। রা ডাঙবা ডমদবা পুক্লীং নুংঙাইতবা অসি মুমিং খরদি লৈ। তম্বাই অমা হাযবদি নাকল অমা শিথবসি মচেৎ ওইনা নত্রগা নাকল অদুমা পুন্না শোকপা য়াওই। মায় নাকল অমা, খুং নামা নত্রগা খোঙ নামা নত্রগা নাকল পুম্না শোকপা য়াই। য়েংথংবা শোকলগা খোপকী ওয়থংবা তম্বাই অমা শোকপনি। ওয় শোক্লগা য়েংকী

শরুক থংবা তঙ্খাইদু শোকপনি। মায়গী শিথরীবা শরুক অদুস্তু থোপকী শোকইবা শরুক অদুগী মতুংইন্না শোকপনি। থরা শোকপা মথলগী এপোপ্লেকসদগী শোকপা মায় হকচাংগী শরুক, রা ওাওবা ওমদবা ফজখি। জ্ঞান পুম্মাড মাডনা তৌরকপা এপোপ্লেকসীদি অরুবনি। অদুগা পুং ২৪ ফাওবা জ্ঞান লাক্রবদি অমুক্কস্তু লুরবনি। হৌখিবদগী হেক্তিন্না লৈথোকপ্রবা পুং ৪৮ গী মনুংদা টেম্পরেচর হেনগংলক্রবা শোর অসি চাং নাইরক্রবা লুরবনি খওনগনি। অদুগা চুমগী হকচাং শিথবা (Paralysis) ওইরবদি থা অমগী মনুংদা ফগংক্রবদি ফবা য়াগনি হায়বা খল্দে। পূক্নাং হায়বদি হাখল থনবগী পাঙ্গল মপূং ফাদবদি মহৌশা ওইনা থোক্নি।

লায়য়েং — লাক্নবা হায়বদি এপোপ্লেকসী তৌদনবা হোংনবনা খাইগী মরুওইবা লায়য়েংনি। মরী অসি শুপচীন-কংশিন্দুনা নারবা (artereo sclerosis) নত্রগা অমুক্কুং এপো-প্লেকসী হায়বসি থ্রোক তৌরুরবা মী অদুদি য় মা চেকশিনগদবনি ইংনা লৈবা তমগনি, কা থক হেন্না থবক তৌবা য়াদ্রে, চাবা-থকপা, কোয়থোকপা য়াদিবমখৈ চা নাইগদবনি। মথুম-মরাং হৌবা, কপ্পা, নোকপা ফাওবা থাদোক্কদবনি। থবক্না, নুংঙাইবদা হাকমন্না হেক্তিনবা য়াদে। খংনবদি লায়রক্লুনা খংনবা উবা তাহনবা য়াদে। মী হাংনবা, য়ুম মৈ চাকপা হেক উবদা হৌগনি। চাক চাক্রিবৈ অমস্তুং চারবা মতুংদা অদুগা চারিবৈদা তুমিন্না তপ্পা লৈবা তমগনি। য়ামা চমা চাবা অমস্তুং চাং হন্থনা চাবা তমগনি।

থকইবা ঈশিং অসি য়াম্না সোফ্‌ট ওইবা থকমি। নোংগী ঈশিংনা খাইদগী ফৈ। হার্ড ৱাটর থকপা ফত্তে। নোয়খংনবা চিঞ্চাক খক চাগনু। মাংবা য়াদবা চিঞ্চাক চাবা য়াদে। মাংথোকপা য়ানবা চ'বা থকপদা য়েংবীয়ু। খোঙহাম্বদা শংবীগনু। ফি শেংপা-ঈনবসি ইফা ফাজিনবা য়াদে।

লায়না অসিনা হেক নারকপদা থোপকী মনুংগী (intracra-nial) ব্লদ প্রেসার অহু হন্থনবা লাক্লিন্দ্রিঙৈদা অতোপ্পা উপায় অমতনা অনাবা অহুবু করিগুম্না মখলগী পোত্থাবা পীবা ঙমদে। কোক্কা ঙকশ মগা খরা হাইগংলপ্‌ থমগদবনি। মরৈ অহু চিংথোক্লুনা মত্তিন অহু হাননবা চেপ্‌লপ লৈহনগদবনি। খুদৈ মচী অমা চোংলগা উন খরস্থ হাপ্লগা ঙকশমদা থোমদুনা থম্লগা কোক্কা ঈ পুল্লিবহ যহনগদবনি। উন হানবা বেগ উনগী কোলায় হাপ্লীবস্থ ফংলবদি কাম্নবা হেনগনি। খোঙ অহুনা ঈশিং অশাবা খুদেং নহুগা বালটি অমদা লুপত্তুনা থম্লবদি কোক্কগী ঈ চিংথবদা মতেং ওইগনি। অনাবা অহুনা খরা পোত্থারকপদা মশা ফগংহন্দুনা হকচাংগী থরায় পুরিবা ঈন্দ্রিশিং অহু ফগংহন্দুনা অনাবা অহু ফগংনবা লাক্লগদবনি। ব্লদ ভেসেল হায়বদি ঈ উতোং অহুগী মনুংগী (ৱাল) শক্লক অহু নাবদগী থোকপমি হায়বা অসিনা ঈগী লৈফম থোকপা পোংচঙগী শক্লক হেনগংহনফম থোকই হায়বসি উংলি। খোঙ হাম্বা মুংঙাইরক্তে হায়বসি কুইরবনিনা মতম অহু ফাওবা হাম্বা য়াম্রি হায়বসি শোয়দবা হায়গনি। ব্লদ প্রেসার কম্না তৌরবা মকোক মুন্নবা অহুপা চীক্লবা

মাহুদা মাংথোকহৌদবা মী ডাক্তা ওইনা। লায়না অসি তৌই হায়বসি অনাবগী হিটরীদা ফংই। পাইন্ট ২/৩ হাঙ্গিন্দুনা নোংমগী মঙ্গুংদা অমুক্তুংদি খোঙ হামদোক্কদবনি। মণানা মাংঅরক্রবতদা তোক্কদবনি, লায়না অসি থোইনা কা হেন্না নোয়বা মীগী লায়নানি, নোয়-পেলহন্নবা চাশিনহনবা য়াদে। চরা হেলহনবা হায়বসি থাদোকপা য়াপ্রবা লায়য়েংবা হৌগংনবা অহানবা উপায়নি। য়াম্না নোয়বা ওইরগা নুমিং ২/৩ দগী থর কুইনা চরা হেলহল্লু। অহানবদা ঈশিং ফাওবা পীথক্তবা মতুংদা ঈশিংগা চম্প্রা মহীগা য়ান্নগা পীংকপা চরা মহেন হেনগনি। মতুংদা কমলা মহী দরকার নৈরগা পীথকপা অবস্থানা য়ারবদি হৈ মহীদা থর কুইনা থম্বা য়াই। য়াম্না কুইনা চরা হেল্লবদি শঙ্গোম ডাক্তা পীথক্তনা পুং ৪/৫ গী মনুংদা পৌরা মথাই পৌরাগী ভাবতা অবস্থা মতুংইন্না পুং ৮ দগী পুং ৮ ফাওবা পীথকপা য়াই। অমুক্তা হৈ মহী পীংকপদা নঙনা করিগুম্বা পোংশক অমা শঙ্গোম থক্লিঙৈদা পীজবা য়াদে। চাবা হেক লানবদা অমুক হন্না থোকপা য়াই। নোয়-পেল্লিবা মীওই ওইরবদি শঙ্গোমগী মহুত্তা হৈ ডাক্তা নত্রগা মনা-মশিং পীজবনা হৈফে। অতূপা কিডনি নাহনা ব্রাইটস দিজীজ তৌবদগী ওইরবদি শঙ্গোমনা থ্বায়দগী হেন্না হৈফে। চাংদদি কার্ট ২/৪ দগী হেন্দনা চয়োল থরা লৈবা ডাই। হৈ ডাক্তা চাবা, মনা-মশিং ডাক্তা চাহনা লৈবা অসি চয়োল ৫/১০ ফাওবা লৈবনা থ্বায়দগী হৈফে।

হকচাং অসি কপংনবা কটিন নোথংলকপদা ঈশিং অপ্পবনা

য়াঙদা হিগা য়ৈবসি অয়ুক খুদিংগী থাবা য়াদে। হিগা য়ৈবদা হোংবা খুদিংগী খরা শাবা হেনগংহনবিয়ু। পুংখাই অমা নত্রগা শাংলবদা পুং অমা যাওবা য়াই। লাইহৌ লৈরবসু লৈত্রবসু হকচাং অসি ওমচাক্কি ফাঁয়রবদি ঈশিং অঈংবগী পেক চনীংদা নুংদাংরাই খুদিংগী থোক্পগদবনি। নীংথম চল্লবদি কোক্না ভুক-শমগা ঈশিং অঈংবা লপ্পা ফি থোয়গা চনীংদা হেক ঙম্নমৈ য়াম্না শানা পোক্তি পোকহন্দনা থোমগনি। চনীংগীস্থ লৌথোক্ক হায়বা মতমদা কোক ভুকশমগীসুস্থ লৌথোক্কনি। নার্ভ সেন্টর কয়া থবক তৌহন্নবা য়াংভগী শাক্তেল তৌগনি। শাক্তেল অসি তৌরবা মতমদা য়াঙগী হিগা য়ৈবা থাদোকপীয়ু। খজিঙ্গা তৌবা লায়নাদা নোম্ন-খোংপা শাথিবা মখলগী লেঙবা অসি চযোল ২/৩ দি খক তৌরোইদবনি। মংভাইতবা খুদম মাঙখিদগা লোয়ননা মেসেজ পুক শূবা, নঙ্গন নানবঙুম্বা তৌবা য়াই। পাঙ্গল লাকপগা লোয়ননা হেনবদি হেঞ্জিনহন্দনা হকচাং অমস্তুং খোঙস্থু খরা খরা লেঙবা থাঙ্গংপা অসি তৌহনগনি। হাকিংনা খাইদগী হেন্না কৈ। মাঙ্গোল শঙ্গোয়গুম্বদা থঙ্গীহনা নুংশিং অশেংবদদা লৈবা কৈ। ভূম্বসু অশেংবা নুংশিং অসিদদা লৈগদবনি। অগ্গা নুংশা য়াইবা (নিয়ম মতুংইন্না) খোর শান্নবা যাম্না কানদনি।

এপেন্দিসাইটিশ :— এপেন্দিক্সশা নাহকপনি, মা বা য়াদবা খোইরীন অসি পথ্ব-পূমথংহনবা চিঙ্গাক চাদদগা হকচাং শোকহনবা মাহুগী মথক্তা হকচাং নোম-খোংপগী থবক তৌদবদগা পোকপনি। একুাট অমস্তুং ক্রোনিক অনিথোক্না লৈ।

খুদম ঃ একুাট ষ্টেজ— চনীংদা নাবা-থিনবগী লোয়নননা খুনা অনাবা অসি লাকই। মমৈদা নারিবা মকম হায়বদি য়েংথংবা কময়া হায়বদি খোংদোগী মখা ওইরপ্পা ইঞ্চি অনিরোম য়েং-লোমদা হাইদোক্লগা থিল্লী, নাই। ওনীংই, হকচাং লাইহৌ লাকই, মিহুন পুজিল্লকই, মাংবা য়াদে, ইলিয়াক ফোসাদা শোনবগুম্না অমা ফাওরকই। ওরগী কময়া নমলগা য়েংলোমদা নারবদি লায়না অসি শোয়দ্রে। মমৈদা অমাংবা ওরকই। থিল্লিবত্থ য়াম্না খুনা লাকই অমস্থং খাডবা ওমদে। মমৈদা ঈক্ষম লুম্না নাত্থনা লৈ; মিহুন অসি শাগৎপগা চামদনা ছুল্লি। অনাবা হেক্সিল্লকপগী খুদম্নি। মুংঙাইতবা, অনাবা ফত্তবগী খুদম্নি। লৈ অসি চোংলবস্থ সালৈবান কায়। য়েংথংবা নাকন্দা নম্নদা রাইট রেক্টস এবদোমিনিষ মসল অত্থ তোঙথংপা ফাওই। পোমথংলকপা মত্থম থেংনৈ। শূবা নম্বা থাদোক্কদবনি। অপোম্না অত্থ য়াম্না কায়গল্লি। য়েংথংবা চনীংগী নাকন অত্থ ফাজীনবা মরমদগী য়েংকী খোঙ অত্থ কোনশীন্দুনা লোংনা হিপ্লগা নুংঙাইহনা মওং অত্থদদা লৈ। অহানবদা ঈশিং তোয়না চংলকই। মতুংদা ঈশিং চংপা য়ারক্তে। অরায়বা ওইরগা অমাবত্থ নুমিং ৩/৫ নিগী মপুংদা ফজখি। থাজদবা মওংদা ফজখি। অরুবা ওইরগা নাই চাহনা, নাই অত্থ চনীংগী কেভিতিদা চঙখিহনা পেরীতোনিটিস (তত্থনা য়ুই) তৌরকই। মহৌশানা নেচরনা নাই অত্থ য়ুখিদনবা খাগত্থনা, ফত্তবা অতৈ থোক্কনবা শীক্লবনস্থ নমই। নম-খোংপা, শূবা তৌবীদ্রবদি কায়দবস্থ য়াওই। নাই অত্থ কায়রগস্থ খোইরান মনুংদা থোকপনা নমই অত্থনা অত্থম

খোইরীনগী মতুংইন্না ঈ-নাই থোকচরকই। ক্রোনিক-এপেন্দীসাই-টিশ অসি একুটে ওইনা লাকপা য়াই। অপোম্বা অহ্নু খাগৎতুনা লৈখিবা যাই। মাহ্নু কায়রকপস্নু য়াই, বাউয়েললোমদা লাকপা য়াই, পেরীতোনীয়েল কেভেটিদা চঙখিবা য়াই, মথকলোমদা থোরকপস্নু য়াই নত্রগা ব্লাদার, খাগী থোঙদা, শোঙ্গরোমদা, থক্লোমদা, দাইএ-ফ্রামলোমদা, খবাক্কী ভিসেরাদা চঙলকপা য়াই। মসিগুম্বা মখলগী পোকখায়বা মওং অসিদি তোয়নদি থোক্তে। পেরীতোনিতিস তৌরক্লবদি নাবা চীকপা হেনগৎলকই, চনীং তোঙখংপা হেনগৎলকই, শাবা হম্নরকই, ওয়, ঈচেল অসি চেস্থোক-চেনশিন তপথরকই। মিহুন থূজিল্লকই, শোম্নরকই, পাঙ্গল য়াওশিল্লক্কে, থুনা নত্রগা তপ্পা শি। একুটে এপেনদীসাইটিশ পুম্নমক্কী ৫০% দি ক্রোনিক ওল্লকই। অসিগুম্বা মীতা অসি চনীং ইনুং নুংঙাইতহনা লৈ। মাংবা য়াদবা নত্রগা দাইরিয়া, মরী চোকথবা হায়বসি তৌহনা লৈ। এপেন্দীক্সতা খরা নাহনা শোল্লপ তৌহনা লৈ। থবক কন্না শূরুবা চোকথরবা মতুংদা লোক খুবা, হাকথি খল্লুবদা, চাবা লাল্লুবদা, খোঙহাম্বা ইয়া য়ারক্লুবদা তৌরকই। অয়াম্বদা লাইহো লৈতে। হকচাং খরা শাগৎলকপদি য়াওই। অয়াম্বদা এপেন্দীক্সকী মমৈ (লিউমেন) দা অমাংবা অকনবা লৈবদগী তোগল্লি। অহানবদা মহী ওইনা চঙখ্রগা মমৈদা কনশীল্লক্লুনা নুংঙাইহন্দবা পোৎশক ওইনা লৈখিবননি। একুটে ওইনা লাকইবসি ইল্লি অসিনা হু, ফক্ত-হৌদিহ লৈথোক-তাম্থোক্লবা হোৎনরকপনি। ওপরেসন্ নত্রগা শিরগা থাও থাহনা য়েংবদা এপেন্দীসাইটিশ তৌরম্বা অহ্নগা

এপেন্দীক্সতগী নৈরিবা পোংশক পূম্নমক বাওয়েল হায়বদি থীরিনলোমদা চংচখিবদা করিস্থু তৌদবা কয়া থেংনৈ। অদুগা এপেন্দীসাইটিশনি হায়না ওপরেসন তৌরুবদা এপেন্দীকুসতি করিস্থু তৌদবা, সেকম্দদা শোক্লম্বা কয়া থেংনৈ। অদুনা এপেন্দীকুসকী একুটে ওইবা কেশ অয়াম্বা সেকম্দা নুংশিং ওমদুনা প্রেসর পীবা নত্তনা করিস্থু ওইবা নত্তে।

লায়য়েং— এপেন্দীসাইটিশ তৌরে হায়বা হেক খঙবদা ওপরেসন্ তৌবা তাবনি হায়বসি অয়াম্বা মফমদা দরকার ওইদে। একুটে নত্রগা ক্রোনিক্লা নীংথিজনা লায়য়েংবিরবদি থাঙ থাবা চঙলোই। ইন্জুক্তনা নাহুনতা, হৌহুনতা নৈরবদি অহৈ-অশিংনা খঙনা মুন্না য়েংলগা ওপরেসন তৌবা য়াই। নীংথিজনা পোম্লে অদুগা পেরীতোনিটিস তৌরকপা তারে, পোকখায়রগনি হায়বা খঙলবদি ওপরেসন তৌবা ফৈ। হৌফমশিং অসি লৌথোক-ত্রবদি ওপরেসন্ তৌরবস্থু অতোপ্পা লায়না কয়াস্থু মনুংদা পোক্লক্কনি। এপেন্দীসাইটিশ হায়বসি ফবা ঙম্বা লায়নানিনা অহানবা হেক হৌরকপদা ওপরেসন্ থুনমক চঙই হায়বসি থোক্তবনি। নেচরেল মেথোড্তা লায়য়েংখিবনা থ্বাইদগী ফবনি। হিদাকস্থু করিগুম্বা কালদা শিজিন্নবা ফত্তে। হিদাক তৌবদগী এপেন্দীকুস কায়খিবা অদুগা খঙদনা পেরিতোনিটিশ তৌবা কয়া য়াওহুনা মমৈদা শিবা কয়া য়াওই। একুটে এপেন্দীসাইটিশতা অহানবা তৌগদবদি,—বাউয়েলদা নুংশিং অমস্থুং ফক্ত-হৌদি; পথ্য-পুমথহল্লিবা অমাংবা অহু লৌথোক্লবা লাক্লগদবনি। ঈশিং

অচম্বা পাইট অমগী অশাবা ওইনা এনেমা তৌথোক্নদবনি। অমাংবা হেক য়াওদ্রবা মতমদা তোকথোকউ। অহূগা অহানবগী ঈশিং অহূ থোকপা লোইদ্রিঙদা অমুক তৌশিনবা যাদে। মতুংদা ওলিভ ওইল পাইন্ট তম্খাই অমা হানজিনগদবনি। অহুবা ডক্তরবু রেকচুয়েল টিউব শিজিন্নদুনা এপেন্দীক্স ময়া যোইহনগদবনি। পুং ২৪ দা অনিরক তৌবিগদবনি। মতুংদা চবা হেনগনি। ঈশিং ফত্তবা থকপা য়াদে। নংবা, চাকপা হেক ফবগা ঈশিং অঈংবা অশাবা থকপা য়াই। অশাবনা খিং হেন্না ফৈ। ঈশিং ওকপা মখৈ থক্লগা, মতুংদা চাং নাইনা, মতম কক্না ঈশিং গ্লাস অমমম থকপিয়ু।

এনেমা তৌবা য়াদনা নারবদি ঈশিং অশাবা তব অমদা হোটশিজবাথ তৌবা কান্নে। মখোঙহূ অশাবা ঈশিংদা লুপশিন্দুনা থম্বস্থ নাবহূ ফহল্লি। পুংখাই অমদগী পুং অমা ফাওবা অনাবদু পোথাদ্রিবা ফাওবা থম্বীবা য়াই। মসিদা নারিবহূ (palm) হেংগংলবদি কম্মুংদা পুশিল্লগা থুদি থুপ্লগা ঈশিং অঈংবদা লুপ্লগা এপেন্দীক্সতা থোম্বীগনি। করিগুম্বা মতমদা ফদিহুগী মথক্তা উন হাপ্লা য়াই। অঈংবা অহূ হন্না হন্না পীবহুনা তোং অহূ শিংহুনা, দ্রগনা শিথংনবহুগা মান্নবা শিথহন্দুনা অনাবা ফহল্লি। অঈংবা অহুনা ঈংহল্লিবা শক্লক অহূ থবক তৌহন্দনা থম্বনি, ঈশিং থকপদি অহুম চংগনি। লাইহৌ লৈরবদি ঈশিং অঈংবগী স্পোঞ্জ তৌগনি। মতুং পুং অমা লৈরগা চনীংদা ঈশিং (পেক) থোমগদবনি। হেজিন্না লায়েংগনু। হুকচাংদু থকলোমদা খরা রাংখংহন্দুনা হিপহল্লগা পোথাহন্দুনা

খঙ্গীয়ু। চরা হেলহনবগা ঈশিং খোঙগা মরক্তা উন খোঙগা অসিবু নীংথিনা চঙ্খরবদি পুং খরগী মনুংদা পোথাক্জগনি। মহূমক্তদা নাদ্না, চীক্তনা লৈরবদি নাই চারবনি। ঈশিং খোঙ্গা, চরা হেল্লবদি নাই চারবস্থু করিস্থু কিবিগনু, ফজখিগনি। ওপরেসন দরকার ওইহনদে। ওপরেসন তৌবা তারবদি অপোঙ্গা অহূ কায়ত্রিঙৈদা ওপরেসন তৌহৌহূনা পেরিতোনিটিস তৌহল্লোইদবনি। অহূগা ক্রোনিক এপেন্দীকুতদি খোঙহাঙ্গা য়াদহূনা অমাংবা পন্দুনা লৈবা অদ্ লৌখোক্তদবনি। লায়না অসিদা মরক মরক্তা চরা হেনবা কায়ে। ঈশিংদা থক্তুনা চরা অসি নুমিৎ ৩/১০ কাওবা হেনগনি। মতুংদা শঙ্গোম ডাক্তা থক্তুনা লৈবনা ফৈ নম্রগা চরা হেনবা মতুংদা চাগদবা চীঙ্গাক নং ১ নম্রগা ১ (ক) শিজিন্নবীয়ু। হৈ ডাক্তা চাবদস্থু নম্রগা শঙ্গোম ডাক্তা থকপদস্থু মংবা য়াম্রবদি সলাদ নং ৬ চাবা য়াই। এনেমাস্থু তৌবিয়ু।

(একুাট ষ্টেজ) নাবা ফরবা মতমদা ঈশিং অঈংবা অশাবদা হিপবাথ ওন্ন ওন্না তৌবা ফৈ। অদ্বু নোংমা নোংমা লেপ্তুনা চয়োল অমুক তৌগদবনি। হিগা য়ৈরগা অশাবা ক্ষি খোঙ্গা অসি থা অমদি অহিং খুদিংগী চঙ্খগনি। ফরবা মতুংদা নান্বা-খোংপা, পুক শূবা তৌদ্না তঙবা-খোংপা অহূ ফনবা অহূগা খোইরীনগী মথারোমদা খপথবা (peristalsis) অহূ হেনগংহনবা দরকারনি। মশা ফনবদি মতোমতা তৌজবা য়াবা শাজেল অরায়বা খরা তৌবা য়াই। এপেন্দীকুস য়োনা চনীং অসি ফ্লানেল মচেৎ অমনা কূপশিন্দুনা তুম্বা য়াম্না কায়ে মহূনা একুাটতা পুরকহন্দে। মহূনা নিংথম চনবা, খংঈং ঈংবা তৌহন্দে।

ঈ উতোং নাবা—আর্টরীও স্‌ক্লীরোসীস হায়বসি আর্টরী ঈ উতোং অসি সুম কনশিনখিবনি। আর্টরীগী মনুংগী কুয়োমগী বাল অমু লাইম্ যাওনা কনশীনবা নত্রগা লাইম্ লৈতনা কন-শীনখিবনি। অহল ওইরগা ত্তোবা নত্রগা করিগুম্বা কালদা নহা ওইবিংদুদসু ত্তোরকপা য়াওই। ৱবরদোনা পোওথোকপা সুপ্তোক সুপচিন য়াবমু মাওল্কই, কাযগল্লি। ৱবরগী শকফম লৌরম্মু চকুদোনা ত্তোরকপনি। খুদাংগী মিল্হন হুল্লিবা, নত্রগা লাইবক্কী মিহুন হুল্লিবা মরী অমু নম্বদা ইথোং থোংপগী মহুক্তা পেন্সিল মচীনদোনা ইকন কন্না লৈবা থেংনগনি। মতম কুইনা মশা অসি হুনা য়াই থাবগুম লৈশিনদুনা হায়বদি লিদ পোইজনিং, হিদাক. চুরুপ শীজিন্নবা, তাং চীকপা, তাং পোম্বা অসিদগী শোকুনা ঈ উতোং অসি শুপ্চিনহনখিবনি। কিদনীগী লায়না নত্রগা য়ু য়'ম্না থকপা, থবক হাকমন্না ত্তোবদগীসু পোকই। মরুওইবা হৌফমদি শাক্জেল ৱাংপা, খোঙ হাম্বা য়াদবা, চাকয়াম চাবা শাদি য়াম্না চারগা, হৈ, মনা-মশিংদি চাদবা ঈশিংসু থক্তবা মীওইদা থোকপা লায়নানি।

(ক) 'নোদুলার' ওইবা মখলনা ঔরতাদা নত্রগা অত্তোপ্পা অচৌবা ঈ উতোংদা শোকপনি।

(খ) 'দিফ্যুজ' গী জাংতনা অপীকপা ঈ উতোং থোইদোক হেন্দোক্না ইন্দ্রিদা ঈ পীরিবা আর্টরী, কিদনী, পৈ, থোপ্তা শোকপনি।

(গ) সিনাইন্‌গী জাংনা হকচাংগী ঈ উতোং পূম্নমক শোকপনি। মসিমদি অহল ওইরকপদগী থোকপনি।

খুদম :— মহৌশানা সক্রীরোসীস অসি তৌরকপদা কোক ঙাওরকই, ব্লদ প্রেসার হাইগৎলকই, খজিক্তা শাজেল, থবক তৌবদা খোংঙ অসি নাবা অমস্তুং মরেং মরেং চৎপা, হকচাং অমস্তুং পুক্নীংগী পাঙ্গল হন্থরকপা, কুচ অস্থম তাইরকপা, নাহি হেক তারকপা অসিনি। অদুবু অনাবা মীশক অমস্তুং মওংগী ওইনা খুদম খরা নত্তগা খরা মান্নদনা লৈ। ঐ উংতোং মকম মকমগী ওইনা শোকপনা কিডনি, থোপ, হাঙ্কা ওইনা শোকপা খঙলকই।

লায়রেং— ঐ উংতোং মবাই হারকপনি ঐগী মঙ্গল অসি চাং কায়ব্রবা, ঐ নারবনি। অদুগা হকচা গী ফন্ত-হৌদি লৌথোক্লবা ইন্দ্রি— কিডনি, ঙমাং অমস্তুং মাংবা, থোংচ অক্তম অসি মপূংফানা থবক তৌনবদগীনি। হকচাং অপূম্বগী ওইনা লাকপা লায়নানি। ঐ অসিদগী ফন্ত-হৌদি শেংদোকপা অদুগা ঐগী “কেমিকেল” পোংচঙ রাংপা অসি মেনখওনা শেংদোক্লনা চপচংবা চাংদা থমগদবনি। চরা হেনবদগী হেন্না কংবা উপায় অইত লৈতে। চরা হেনবনা অস্তুক কাল্লহনবা লায়না অইত লৈতে। অনোয়বা মীশক ওইরবদি খর কুইনা চরা হেলহনবা কান্ন। ঐশিংদা থক্লুনা ঙমিং ১০ নিদগী ২০ নি ফাওবা হেলহনবা য়াই। শাংনা চরা হেনবগী মতুংইন্না করম্না অমুক পীজগদগে হায়বদ য়েংদুনা পীজনি। শঙ্গোমদা থক্লুনা থম্বনা খাইদগী ফৈ অদুগা নোংমদা শঙ্গোম কাংউ মরিমখায়দগী হেনবদি য়াদে। শঙ্গোম পৌরা মখায়+ ঐশিং পৌরা মখায় য়ান্নরগা অয়ুক পুং ৮ দগা নুংদাং পুং ৮ ফাওবা পুং ২ খুদিংগী থকপীয়ু। মতুংগী নুমিত্তা শঙ্গোম ঙাক্তা

পুং ২ খুদিংগী অদু ম পীথকপা। অদুদগী পুং অমা-মথায় খুদিংগী থকপীয়ু। মতুংগী মুমিত্তগী পুং ১/১ খুদিংগী পীথক্লনা থমগনি। ময়াং কংবদদি অদু ম থম্বা য়াই। অনোয়বা মীদদি নোয়খংলক্লগা চাং অদু য়েংহনা অস্থুম হস্নহনা ময়াং কংলপ থস্নীয়ু। আর্টরীদা লৈরিবা ঈগা লোইনা হোংদোরকপনা আর্টরী মশামকস্থু শকক্ষম হোংহল্লকপনি। শঙ্গোমদা য়াওরিবা ঈশিংগী শরুক অদুনা ঈ অদুদা য়ানখাইনদুনা ঈগী মন্নুংদা লৈরিবা কত্ত-হৌদি লৌথোকপা হৌই। নুংঙাইতবা খুদম পুম্নমক স্থুম মাঙথরক্লনি। শঙ্গোম ঙাক্লা থকপদা খুদোং চাক্লগা শঙ্গোমগা হৈগা পুম্না চাহনবা কৈ। হকচাং ফগংনবা ঈ শেংদোক্লবা মথলগী লায়য়েং কয়া চপ-থদবনি। ঈ চেন্থোক-চেনশিন ফগংনবা থবক শাজেল তপ্না-তপ্না লৌথংকনি।

ওয়েটসিটপেক— ঈশিংনা য়োমশীন্দুনা থম্বা— য়াম্না কান্নবা অমনি। অঈংবা পেক তৌবদা হকচাং থুনা লুম্বা ফাওহনগদবনি। খোঙ অমস্থুং নীন্দুদা হকচাংগী অতৈ শরুকস্থু ঈশিং অশাবা লিক্লি, বেগ ফিনা য়োমশীনবগা হকচাং ঈংখিদনবা থমগনি। হার্ট মশা কল্লকদি ঈশিং অশাবনা হাইরপ কুইনা ঈক্লজগনি, অদুগা ঈশিং অঈংবনা লোইশিনগদবনি। ফি থুনা ইনশিন্দুনা হমাং শোহনবা কান্নে। অদুগা চয়োলদা অমুক্লগী হেনগস্থু। অদুগা য়াম্না কিপন-খংগনবা ফিংবা অদুগা তপথবা লৈতনা নাভস ওইরবদি নিউট্রেল বাথ দিঃ ফাঃ ৯৪ দগী ১০০ গী মন্নুঙদা য়ুম্লাংবাইদা চয়োলদা ২ য়ক লুজবীয়ু। ঈশিংদা নোংম নোংমগী

ঈংথবা মথলগী ঈরুক্তথোকপা অদুগা তপনা নানথবা, নোইবা, ফুবা য়াওদবা মথলগী মনাল্ অমস্তুং অশেংবা নুংশিত্তা শাক্সেন অরায়বা খরা তৌবা কানে। কোক নুংঙাইরক্লবা, ব্লড প্রেসর হেনগংলবদি মায়-মিং, থবাক, পাম্লোম, নঙ্গল মখ'রোমদা তপনা তপনা নানথবায়ু। কো'ক ঈশিং অঈংবনা চামথোকপায়ু, নত্রগা লুম্লু লুম্লু শাবা ঈশিংনা ঈরুক্তথোকপায়ু। ফঙ্দা পোখাহনা লৈবীয়ু। নুংঙাইতবা রাখল খনবাদনা শেমগং-শাগংপগী রাখলদ খনবায়ু। খংনবা, লাওবা, শাউহনবা য়াবা রাফম পৃথোকপা য়াদে। মাংবা য়াদবা, হেন্না নোম্না, শাক্সেন হেক্তিনব-ঙম্না, হেক্তিনবা অমত্তা য়াদে। চাক হেন্না চাবস্নু ফত্তে। হকচাংগী হিংনবগী পাঙ্গল হেনগংহনবা (vitality building) রুটিন অমা পুখংকনি। রাকিংদগী হেন্না ফবা শাক্সেন লৈতে। নোংমগী কোম্লাং কর্লিযা অমা হেনগংতুনা ঙম্না ঙমদবগী মথং ঈন্না হেক্সংপ, হন্তবা মখলগী রাকিংদনা ফহনবা ঙমগনি। চনম শাক্তিন্নরগা খার্ত্রী ফাক-তোকহল্লি। তিক্সৌ চনম খরা খরা তওনা চাবায়ু।

ওাং চাকপা, পোমখংপা (Arthritis)— ওাং অসিমক শকফম হোংনা চৌকপা আরটিকুলার রিউমেটিজম হায়বা, শরু অসি ফিভম কায়না চাউখংলকপা অমস্তুং শরুগী শকফম হোংবা— থবক তৌবগী খোঙচংতা খোঙলোবা অসিগুম্না মখলগী রিউমেটি-জমগা চন্নগী ওাং চাকপগা খেন্নে। ওাংগী মনাক্তা লৈবা তোংগী শরুক পূম্নমক মাঙশিল্লকপদগী মতম কুইনা স্তুম হেক্তিল্লকপনা শরুগী মশক থীনা হোংলকপা অহূ হেক্তিল্লকই। থবক শুবা মতমদদা

তাং অসিদা নারকই অহুগা কোম্বোক কোনশিন্দা, হৈনদবা মখলগী অচিনবা অমা তাং অসিদা ফাওবকই। অকোনবগী অসিনা পোংগারবা মতুংদা লাকই। মসিনা মখোয়দা তাং অসি কোনশিনবা য়াদনা তিংনা লৈখি। তাং অমত্তা শোকপনা নমই - নীংথু, খুং-শা, নত্রগা য়াওগী শক, খুং শোক্লি। হকচাং যেং-ওয় নাকন অনিমক্কী তাং পূম্নমক মান্ন মখোয়না শোক্লকপসি মহোৎশাংগী ওইনা লৌই।

লায়েং :— মসিগী লায়য়েংদি তাং চীকপগা চপ মান্নি। অহুগা লেওবা য়াম্লিবা তাং অদু য়াবিবা মাথৌকশিংদা লয়হনা, থেক্লুনা শান্নদুনা থবক তৌবা ওম্নবগী পাঙ্গল হেনগংহনগদবনি। মহৈমত্তা তৌজবা ওমদ্রগা মী অমনা তৌবাগদবনি। নখোয়দনা পোমথংহনবা ওইরবদি নাবদু ফহল্লগা পোম্না হন্থখি। অকনবা কাটলেজ শেমগংলক্রবদি ফহনবা য়াই। শক্লদা চাউখংলকইবা অদু মাওহন্নবা উপাইদি ওসি ফাওবা খঙনদ্রি। অদুগা নারিবা পোমখংলিবা অদু ঈ চেনশিনহন্নবা ঈশিং অশাবগী ফি থোম্না ক্রস অকনবা অমনা নানবা (চোংনা), ঈশিং অশাবদা লূপশিনবা, ঈশিং অশাবা অঈংবদা ওন্ন-ওন্না লুপ্পা নহুগা য়ৈবা অনাবা অপোম্না ফহল্লি। নুংশিং অশেংবা, নুংশা য়াইবা, মেসেজ, হুমাংডানবা কান্নি। ফহবা পোকপা চিঙ্গাক চাবিগনু। শঙ্গোম অফম্বা, কোডলিভার ওইল্ শীজিন্নগনি।

হাইপারমিয়া হায়বদি চীক্লিবা তাং অদুগী মথক ওইরপ্পা রুমাল অমনা ভেনগী ঈদি চংহন্দনা আর্টরীগী ঈদি চংপা য়ানবা মত্তা য়েংদুনা কোম্নপ্ পুল্লগা চীকইবদু কৈ। অমুক পুনবদা

পুং ৩/৪ চংনা থম্বা য়াম্না কান্নি। নারিবা চৌক্লিবা মফম অদ মালেমনা য়েংশিন্দুনা থম্বা কান্নি।

এজমা [হরা] Asthma— থবোক্নীদা নাতোনলোমদগী শ্বাস হোক্সিনবদা চঙলিবা মফম অদু ব্রোংকাই কৌই। ব্রোংকাই অসি হনা থম্বা নত্রগা ব্রোংকাইগা হাও পোকপা মপ্রাম অদু থূনা লোমথংলকপদগী শ্বাস হোনবা য়াদদনা অয়োবীদা রানা শ্বাস হোনবা অদবু এজমা কৌই। শ্বাস হোন্দোক হোক্সিনগী লম্বী অহুগী মাকস মেমব্রেন মনুংথংবা হাও হোকপা মপ্রাম অদু য়াম্না হেন্না হৈনবা শেংবা (hyper sensitive) পোকপদগী নত্রগা লম্বী অসি শুংচিনখিবদগী শ্বাস হোনবা য়াদবনি। মসিমক হার্টকী পোকপা (cardiac-asthma) নত্রগা কিডনিদগী (renal-asthma) অমত্তা মপান্দগা পোংশক থবা চঙলকপা (লৈ, লৈ মপান্দগী লাকপা লৈবাক্তুম্না) ফকু-হৌদি লৈবদগী লাকপনি। অমুক নবগী অসি ইচম চম্না এজমা কৌই। ব্রোনকিয়েল নত্রগা নার্ভস (মবা শোনবদগী পোকপা) অহুগা মরা শোনবদগী, মপা মপুদগা লৈবকপা মরা শোনবদগা লোয়নবনি।

থদম—অহৌবা নাইনা কোনথংলকপগুম চাং নাইদনা হেক হেক হোরকই। মনা য়াম্না চোকথবা নত্রগা মরা অসি মথূম মবাউ হৌবা (exited) মতমদা হোরকই। অথুবা মথলগী মহৈদা অথুবা থূদম ফংই। থবাক অসিদা য়াম্না থীনা নুংঙাইতবা অমা পী। য়ুং য়াম্না অমস্থুং য়াম্না তোয়না হাল্লি। নুংশিং ঙাক্না থগে। শ্বাস হোনবা রায়। হোন্দোকপনা হেন্না রায়। ফম্নগা

খুকউদা মোন থম্লগা খুনীংনা শোঠ্নবা খাঙই নত্রগা লেপ্লগা উখোংগুম্বা অমদা কোল্লগা কন্ন চিংহ্নবা খাঙই। অসিগুম্বা মনা অসিদা খজাই অহু তাইফেং তাইরকই। মচীনবান কোম্বারৈ মচু মাল্লকই। মনাতোন লাওথোরকই। মমিং তোঙথোরকই, য়াম্না নুংঙাইতবা মায়থোং অমা উংলকই। শ্বোর হোন্‌বহু থুদে। য়াম্না রানা হোংনহ্নবা হোল্লি। মখোল হৌই। করিগুম্বা কান্দা পি-পা লাউই। অনাবা অসি নুংশিং য়াম্না পাম্বা মাল্লি। অশেংবা নুংশিং ফংনবা ঙম্বমশ হোংনৈ মীহুংথোং ময়াদা ফম্লবা লাক্লে। টেবলদা খুনীং থমহ্নবা মখজাইদা শংনা পায়হনা শ্বোর হোনবদা চঙবা মসল্ পূম্নমক থবক তৌজবা য়ানবা ফিভম লৌরকই। লোক হেক খরকই। হৌরকপদা থুবা অহুগুম্বা থুনা ফখিবনা নমই। মরী-মতাং পূম্নমক চৈইং চংথরবা মতমদা ফংখি। মিনিট খরদা নৈবা নত্রগা পূং কয়া নৈবা য়াওই। যাম্না কোম্না হৌবা নত্রগা চথোল কয়া থা কযা হৌদবস্থু য়াওই। য়াম্না নুংঙাইতবা মনিন নত্রগা অচোংপা এটোমোসফীয়ার অসি পকুদে। অহুদ হেক হৌরকপা য়াই। অহিংদা নম্না হৌগল্লি। চংগী এজমাগী হে-এজমা নত্রগা হে-ফিভাংগা মান্নদে। হে এজমাদি অ নৈ মপানগী নৈরিক নত্রগা লম্বীগী ফওহৌদি য়াওবা উপনদগা লোকপনি। মসিদি শ্বোর হোনবদা চঙলিবা ইন্দ্রি অসিগা হাঙ থোকপা মন্নংগা কুয়োম নত্রগা মপ্রাম অহুদগা নপ্‌ চোবগুম লোক হৌরকপনি। কুয়োম অহু পোমখংলি, অহুনা শ্বোর হোনবা য়াম্না রায়। লংস নাবগা নত্রগা হংই নাবদগা পোকপা এজমাগা অমগুনি লোবীবা

য়াদে। অনাবা অসিদসু খোর হোনবা নুংঙাইতে। মসিদি লংস্ অমসুং হার্ট অসি শকফম্ হোংনা শোক্লুনা নাবনি।

লায়য়েং ঃ— এজমা অসি কনাগুম্বনা হৌফম ৩ থোক্লা খায়-দোকই। থম্মোইদগী, ত্রোনকাইটিসতগী, খোইরীন নাবদগী হায়বদি খোইরীনগী মরী শোকপদগী। হকচাং অসি ফত্ত-হৌদিনা থনখিত্নুনা অত্নুগা খোইবীনগী মরী শোন্থখিত্নুনা মরী পুম্নমক শোন্থৎকপদগী লাকপনি। অত্নুনা মরী অসি কনখৎনবা শংজেল তৌগনি। নুংশিং তশেংবদা নৈংগদবনি। তুম্নদা মিজুংথোং লোংশিনবীগনু। কোকমথৎ নুংশিং অত্নু মিজুংথোংদগী য়েনবা তুমগদবনি। মফি-মংগাল চেংনা শেংপা যাদে। চাবসি হেন্না চাশিনবা যাদে। পুক্লা তুমদবা নৈত্নবা খোংহাম্বা বেবা তৌইহন-লোইদবনি। খোইরীনবা ফত্ত-হৌদি পথ্থ-পুমথহনবা য়াদে। নুমিং ২/৩ দগী চযোল অমংবাম চবা হেনগদবনি। যাম্না নোয়রগা নুমিং ১০ নিরোম হেনগনি। চবা হেনবা মতুংদা কেটারা নৈবা মীদি শঙোম পক্নুদে। মরম অত্নুনা হৈ মহী থক্লুনা নৈরগা মতুংদা তববুজ, এপল, নাস্পাতি, কমলা, নবাব, সোলোম, কীহোম চাত্নুনা নৈথোক্নি। মতুংদা অয়ূক্লা হৈ চারগা নুংথিল পুংদাংরাই অনিদা মনা মশিং কূপ্না শোইরগা থোংবীরো, নোই-খায়রগা চুমথোকপীয়ু অত্নুগা পীথকপীয়ু, নুমিং নিনি নৈবায়ু। মতুংদা হৈ-না চরা অনি মতুংগী চরা অত্নুনা মনা-মশিং অথোংবা অমসুং থোংদবা চাবা য়াই। হঙাম সলাদ (Lelluce) থবী, সেলেরী খামেন অশীনবা, ভেলস্ত্রি চাবা য়াই। মাখোন খরা তোংপা থাকপা য়াই।

মতুংদা চাক চাবগে হায়বা মতমদা অয়ুক্তা হৈদা— কমলা, কিহোম, কিসমিস, লংফাই। চাকলেন্দা আলু, মাখোন, চক খরা নত্রগা তন, অংথোংবা মনা-মশিং অমস্তুং শিংজু। অবোইবা চরাদা য়েরুম, ডা যেলাওগুম্বগী মতুংদা অমা থোংবা মনা-মশিং থোংবা, সলাদ চাক নত্রগা তল। তলনা অমা, চান্না অমা চাবা কৈফে তুম্মনদাইদা খোইহি চামচ ২/৩গা খরগা গ্লাস অমা থকপা।

থবাক্কী শাফেল কয়া লৈগনি। একুটত্তা, ঈশিং শাড়িল্লবা কান্নে। ঈশিং অশাংবা পেক থবাক অমস্তুং লেংজুমদা থোম্বা কান্নে। পুংখায় খুদিংগী হোংগনি। হোটে ব্রাশ বেগ অমা থবাক্কা থম্নস্তু কান্নে। মরা অসি ঈংহনগনি। শগোইদাক মখাগা হিদাক শুবগা ডংখক্তা হাপ্পুনা হিদাক ওইনা থকপস্তু কৈফ হায়না মৈথৈদা চংলকই। অংগুম্বা কংলৈ অহুনু মতম মতমগী পোথানবনি। মরু ফুংওকপা লায়য়েং নওে। চা ফুংনবা কেটলী অমদা ঈশিং অশেংবা লুমন্নগা মনিল অহু নাংহোনদা হোক্লিনবা অহুন শ্বোর হোনবা লুংডাইহল্লি। য়াম্না শানদি হোক্লিনবীগনু। মথক লোমদা পারম্না হোক্লিনহনবীয়ু। য়াম্না কম্না হোবদনি বেলু অমদা খুম্মৈখ খুনিং ফাওবা ঈশিং অশাবদা লুপশিন্দুনা থম্বা, পোত্তমখৈ ঈশিং অশাবদা তাংহনা থম্না কান্নে। মসিদনস্তু হেক হোগংলকপদা ফহনবা ঙমই। নোংমদা ২/৩ দি তৌবিয়ু। পশিং অউংবনা ঈরুজবরবদি মতুংদা খুৎমখৈ অশাবদা লুপশিনবদি কাডবা য়াদে। মসিনা শ্বোর হোনবগী ইন্দ্রি হায়বদি

থবোম্নী অমস্তুং ব্রোংকীয়েল ত্যুব্ অসিদা 'রিফ্লেক্স্ এক্সন' পীবা, ঈশিং অশাবদা লূখোকপস্তু মপা লৈতনা কাপ্লে। মরী ঙিংখংলবদি নীউত্রেল বাথ ৯৫ দগী ৯৮ গী মনুংদা লূবা য়াই। মসিগী মতুংদা ঈশিং অশাবা পেক চনীংদা থোম্লগী দাইএফ্রেম অসি কোমহল্লি অতুগা ব্রোংকীয়েল ত্যুব্ অদুদা রিফ্লেক্স্ পী। ঈশিং চংপা রাংলবদি অশাবা ঈশিংগী এনেমা তৌগনি। য়াম্না কনা তৌরবদি চনীংদা অশাবা পেক পীগনি। অতুগা কন্দ্রবদি ঈশিং অচৌবগী পেক্লা ঈংথহনবা কৈ। অতুগা কিঃ ৮০-৮৫ গী ঈশিংদা থোঙগা নাংগা হীপ বাথকুম্না মি. ১০ রোম লৈগনি। চনীং নানবা অমস্তুং থবাক থুং অতু নানবা কৈ। হৌজিক হৌজিক পোথাপনবগী উপাই অসিদগী ভাঙ্গা-মেঙ্গা য়েংঙনা খরা লৌখংপীরগা পোথারবা মতুংদা চেকশিন্না হকচাং হিংনবা পাঙ্গল হেনগৎনবা রুটিন অমা লৌথংপনি। মশা ফবনা থক হরা তৌবা হৌনদে।

য়াংঙ নাবা (Backache): নঙ্গন নাবা—নঙ্গন নাবসি য়াম্না নীংংমখিবা, থবক কম্না শূরুবা, তেকপা, চনাং, কিদনী লিভার, চাকথাং নাবদগী থোকই। অয়াম্বা মতমদা য়াংঙদা শোকপদগী তৌবনি। স্পাইন্দা মশক হোংনা শোকপা মফম য়াওরবনি। মসন্ অসি নোপথরকপা অতুনা লেংজম মথাগী মসল্না মরুওইনা শোল্লকপা ভারতৈবে অসি পুনশিল্লকপনা মরীদা প্রেসর পীরক-পনি। মুপাদা নঙ্গন নাবসি মুপাগী ফিনুংগী ইন্দ্রি ইউটরস্ গুম্না মফম হোংবদগী থোকপনি। শোল্লবা, লেকথরবা মরী-মতাংশিং

অদু কন্না শীজিন্নবনা নাহনবনি নন্ত্রগা রিফ্রেক্স ওইনা নঙ্গনদা শীরকপনি। অহল ওইরগা প্রোষ্টেটগ্লেন্দ চাউখৎলগা লম্বার (lumbar) দা নন্ত্রগা লেংজুম অনিগী মরক্তা নাই। যাঙ অসি কোনবদগীস্পু নঙ্গন নাই। নিউবেষ্টেনিযা— মবী শোনবা, হিষ্টরীযাদা নঙ্গন নাই। পূক, চাকখাও চাথৎপা, গোলব্রান্দবদা নুং লৈরবা, ঈ থোকপা, ফায়বা, নুং লৈবা, অমাংবা যাম্না পন্দুন লৈবা, চোকথবা, "লমবেগো" দগী য়াঙ, নঙ্গন নাবা পোকপনি। নঙ্গন নাবদি লায়না নত্তে, অনাবা কযাগী খুদমনি। অনাবা চতগা মতুংইন্না লায়যেংগনি। ঈশিং অশাবা নন্ত্রগা ঙুইংবনা যাঙদা যৈবা নন্ত্রগা ওন্ন-ওন্না যৈরগা ফৈ। থবক শূবদগী মসল কনশিনখিবা ওইরবদি ঈশিং অঙ্গংবনা হিগা য়ৈবনা মফবে। চঠগা ক্রুজ অকনবা অমনা ঈশিং লুপ্নগা নানবনা খ্বাইদগা থুনা ঈংহল্লি। পূক শূবা, য়াঙ নশ্বা, চাব-থকপদা থোঙ হামদোকপা য়ানবা চাগনি। উপ্রাক্তা হিপ্তুনা তুম্নবদি খ্বাইদগী থুনা যাঙ নঙ্গন নাবা, খাঙ নাবা ফৈ। তৌবদদি থা ১/২ দা নত্তে চহি কয়া হিপনবা হোৎনবিযু। খ্বাঙ কোনবস্পু লৈরোই।

Baldness (কোক তাঙবা)— শম্ কেনবসি অক্ষি থুংবা নন্ত্রবদি চুম্নগী লাইহৌ, মহীক, য়াম্না কিবা, চিন্তা, ব্রেনদা ঈ পূনবদা থোকই। থরদা কেনবা নন্ত্রগা পুমকেন্ কেনবস্পু য়াই। অকুম লাইহৌগীদি পুমশীন্ হৌবা হায়না কেনগ্রবা মতুংদা হৌরকই। মচুদনি হোৎবা অহুম হৌরকই। নারভস্তগী থোকখিবস্পু অমুক হৌরকই। শম্ থর থর স্নুম কেন্বসিদি হুমাং

শৌরগা কংহনহনা থম্বদগী তৌবনি। অহৃগা শমগী হৌকম অহৃ কংবদগী তৌবস্থ মংল মহাক (জার্ম) নৈবদগীস্থ তেই। জার্ম ওইরবদি জার্ম হাংনবা হিদাক তৈভস্থ ফৈ। য়াম্না নাননা লূনা থম্না দরকার ওই। খোইশাংননা শম স্থম কেন্দূনা কোক তাঙশাল্লক্রবদি কোক অসি লুনা থম্না, কোক অসি নম্না, নোইবা দরকার ওই। লুপো অসি ফিনা খুংশা খুদাম্বাদা কুপশিল্লগা শমখোঙ অহৃ নাম্থোকউ, লুপো লোংথোকপীয়ু। ক্রুজ অমনা হাত্তোক্কুনা লুপো লোংথোকপীয়ু। অহৃদগী থাউ অহৃ খুংশাদা লুপনগা শমখোঙদা নোইবীয়ু। ভৈনশা অহৃ নীত্তুনা লরিবা মফম অহৃদগী মায়কৈ মরিদা নাম্থোক্কুনা চংহল্লু। পায়খত্তুনা উনশা অহৃ চাংখত্তুনা থমউ। অহৃগা শম হাংপা মতমদা শম অহৃ চাংহনা শাম্বা, শমদি থরংকনু। মদু তোংহোদ্রবদি মমৈদা কোক্লা স্কল্ অসি 'তুম্বা'গী মতৌগুমনা ভৈনশা শুপচিনবা য়ারক-ওই। ঙম্লবদি মী অহৃ বেঞ্চ অমদা মকোক্লা ফুট অমা নক্লগা অমা মথায় নেমননা হিপহল্লগা মা অমনা পূম্নমক অসি তৌরবদি য়াম্না কান্নগনি। ভমাং শৌরবদি ভমাং অহৃ কংথ্রিতৈদা ঈশিংনা সাবোন অকবা কেন্টাইন্ সোপ্না চানথোকপীয়ু। নুংশিং অশেংবা থৈহল্লু। তুম্বা ফওবদা মীহুংথোং ময়াদা হিপ্লগা কোক মখৈ নুংশিং অশেংবা থৈহল্লু। সাবোন অমস্থং ঈশিং তুম্লবদি শম কায়, শম পায়চই চবোন অমগী মনুংদা অমুক অনিরক্কুগী হেন্না তুমগনু। চেংহি লুবা খ্বাইদগী কৈ। বাজারগী সাবোন অহাংবনা কোক খক লুগনু, শুবানা কোক লুরুবা

নুমিত্তগী শম ফত্তবা হৌখি। মরমদি শমগী (লস্টর) অরংবা শরুক, থাউগী শরুক অহু কংহল্লি। শমখোঙ অসি কংহন্দুনা শম অসি মাঙহল্লি। হুমাং য়াম্না শোগল্লবা মী ওইরবদি নুমিং ২।৩ নিগী মনুংদা সাবোন অফবনা চামথোকপীয়ু। টুপী থক উপকনু। মুংশিং-মুংশা য়েংহনবীয়ু। ঈশিংনা ভুমথোক্লবদি নুংশাদা কংহনবীয়ু। অহুগা থবায় হিংনবগী পাঙ্গল হেনগংনবা ক্রুটিন অমা লৌখংকনি। হকচাং কন্নবা চিঙ্গাক চাগনি। অন্নেচরেল ওইবা টিন্দা হানবা, চিনি, চা, চুরুট, থাদোকপীয়ু। ঈদা ফত্ত-হৌদি লৈহনবা য়াদে। ঈ শেংদোক্লবা কন্না লাক্লগনি।

অঙাংমুংদা ঈশিং চংশিনবা (Bed wetting)— অঙাংদদা তৌগল্লি। নারভস্ ওইবদগী থোকপনি। খোইরান্দা তীল লৈবা, ভুমদবা, মাংবা য়াদবা, য়ুংদা এসিদ্ অসি হেনমন্দুনা তৌবনি। দাইবেটিস্, ব্লাদার নাবা, পেরেলাইসিস্ লৈবদগী তৌই।

লায়য়েং— করিদগী থোকপগে হায়বসি মাঙহনগদবনি। চিঙ্গাক অসি চাং নাইদ্না চাবা তমগনি। ভুম্মমদাইদা থেমদোকপীগদবনি। অহুদগী পুং ১।২।৩ সুম শাংদোক্লা হোদোক্লুনা থেমদোকপীয়ু। পুং ৪ হেক ভাখিবদগী ঈশিং, চা অমত্রা পীথকপা য়াদে। শাজেল তৌবা মতমদা হকচাংগী মথক অমসুং চনীং য়াওবা শাজেল কায়ে। অহুগা চাক অসি থেঙনা চাবা নত্রগা নুংদাং চাক য়াম্না পীজবা ফত্তে। অরোইবগী চরা অসি য়ামদনা খজিক্তা পীজবিয়ু। মসিনা কান্নবদি য়ুং অসি তোয়না হানবা তোকহল্লি। অহুগা খজিক্তা হোয়কপদা হোদোক্লুনা ময়ুং

থেমদোকপীবা য়াই। চাক য়াম্না চারবদি হৌদোকপা য়াদে। শা-ঙা, মরূ-মরাং, অমেংপা, আচার, য়েরুম, চা, কোফি পীজবা য়াদে। শজোম, হৈ মহী পীথকপদি য়াই। চনীং অসি নান-বিয়ূ। অদুগা য়াওগী শরূক মখা থংবা অহ নানবিয়ু অদুগা খোঙস্থু চাং নাইনা হামল্লবা লাক্লগনি। অয়ুক্কা শিঙ্গ বাথ, চনীং তিংবা থাইদগী কাইস। মসিনা মরী শোম্থরিবদ কন-থংহল্লি, ব্লাদার মশা ফহল্লি। অঙাং অদ নীংথিজনা তস্বীরবদি মসিগী মথক্তা চাক য়ামদনা পীজরবদি মতোমতা হৌগংচরক্কনি। অসিগুম্বা অঙাং অসি ওপা তুমহল্লগা মমা মপানা হিল্লা মতমদা মযুং থেমদোকপীবদ মতম চপ চাই। ঘড়ীগী মগুলা চপ চপ চানা খিংহন্দুনা হৌগংহনবস্থু ফে। মনা-মশিং, হৈ পীজবা তস্বীয়ু।

থগেবা (Belcbing)— পুক্লগী গ্যাস নত্রগা মুংশিং য়াবেমিদা থোকপা নহগা পুখংলকপবু থগেবা কৌই। চাক য়াম্না চাবা, অরানবা মখল-মথেল চাবা, থাউ, ঘী, মরূ-মরাং, আচার, জাং জাং চাশিনবদগী খেগংল্লকপনি। থওইহৌদ্রবদি পুক্কী লায়না কয়া লাকই। তুম্বগী শরূক ব্রাংলকপদগী তপ্না তপ্না হকচাংগী মুংঙাইতবা কয়া ফাওরক্কনি। অদুগা চাক শায়দবা মীওই, য়াম্না থুনা চাক চাগনবা মীদস্থু তৌই। অদুগা অয়াম্বদা মরী শোনবদগী খোঙ চিফেং চিফেং হাম্বা মীওইদা তৌই। হৈন-খিবা নত্রগা তমশিনবা লমচং ওইনস্থু তৌই। অদুগা মানদি খঙদবা মুংশিং য়োংশিনবা মীওই থরস্থু থগেরগা মুংশিং য়োংশিন য়োংশিন্দুনা থগেদুনতা লৈবা য়াওই। খোম থকইবা

অঙাংনা হুজন লম্বগা মমাংগী থোম থকপদা মুশিং য়াম্না য়োং-শিনখিহনা থ্ংগরা য়াংই। মংখোল থোক্কনা অমস্থং মখোল হৌনা য়াম্না কন্না থংগরা য়াংই। মথাংংবা থবাকী শক্ল য়াম্না নানা মংখোল হৌনা থংগবস্থ ৬৫।

লায়যেং—ঈশিং অশাবা খর খর চুশ্নুনা য়াম্না থকচিল্লগা ফজখিগী য়াম্না ণুংডাইংবা য়াওনা, ণুংশিং ইয়ো লৌথোকপা য়াদবা মতাং য়ওরবদি ৭৫ চাংথওনম্না, শুংবা য়াওদা ঈশিং অশাবা বেগ থমহনা শাইনবা লক্লগা য়াও নম্না, নানবা নীকপা কৈ। নুংশিং নংগা গংন লৈবানি। মাং তাংস্থাকখিবনি। থগেবত ফজ্রে হাংদবস্থ থুনক্কুগীদি কৈ। ঈশিং অশাবা থক্কুনা থগেহনখিবনা কৈ। ২১৩ রক থংগরগা অহম তেংকচখিগনি। অহনা মতুং থংগনবদি কুপ্পা শাযহনা অফবা চিঞাক চাংবিয়ু। মতম কুইনা চা কা হেল্লা থকচন্দুনতা লাকপা, যু হেল্লা থকপা, শেয়ান্নবা চিঞাক চ হনা থগেববদি পূক নাগনি। মাহুগুম্না মওংদি সিম্পেপসিয়াগী লায়য়েং ওইনা তেবিয়ু। মরী ফল্লগা থগে রকপদি, মরী ফনবা শাংজেল অমস্থং অতোপ্পা হকচাং ফনবগী নিয়ম লৌখৎতুনা মশা ফহল্লগা ফজখিগনি

লাপু কাবা (Biliousness)—হকচাং অসি হুনা চাইখিদুনা ফজ-হৌদিনা ঈ অসি থনখিদুনা তৌবনি। লিভর যক্কবগী অদুক নাংত্রে খোইরাম্না ফজ-হৌদি পুমদুনা লৈবদগী থোকপনি। ঘী, থাউনা নমনা চাদুনা খোইরানগী হাউ থোক্কবগী কুয়োম অদু থাগংহনখিবদগী তৌবনি। চাক য়াম্না চাশিল্লবস্থ তৌই।

মদ্‌না 'বাইলদক্ট',— বাইল চেন্থরকইবা মরীন অদ্‌ থজীনহল্লি। খোয়রীন্দা বাইল চণ্ডইবদ্‌ চাং হন্থহল্লি। খোয়রীন্দা পথ-পুমথংহনবা (ফার্মেন্টেসন্‌) নুংশিৎ কাহনবা হেনগংহল্লি।

থুদম— কোক্‌ চীকই, ওনীংই, মাংবা য়াদে, ওয়, অমাংবা অসি লৈখোমদোনা তৌই। য়ুং অসি কুংই অমস্থং নাপু মাল্লি। মীংকী অণ্ডোবা শক্কল্লা নাপ্‌ ওইনা অণানবদা উরকই। মতুংদা থুক্সীন অসি নাপ্‌ কারক্কনি। অহুদগী হকচাং অপুম্বা নাপু মাল্লকই। ঈদা অমস্থং পোংদা বাইল্‌ হাইজিল্লক্কনা তৌবনি।

লায়য়েং— শা-ঙা য়াম্না হেন্না চাবনস্থ নাপু কাহল্লি। অদুগা মাদুদনস্থ নত্রনা ঈশিং থকপা য়াংপা, মনা-মশিং মতিকচানা চাদবা, কমলা চম্প্রাগুম্বা হৈহ চাবা য়াংপদগীস্থ থোকই। অহুনা হৈহ, মনা-মশিং, ঈশিং থরা হেন্না থক চারগা ফজখিবস্থ য়াওই। ঈশিং গ্লাস অমদা চম্প্রা অমগী মহী শুমজিল্লগা অয়ুক নুংথিল থকপা অহুগা চাক চাগদবা পুক্তায় অমগী মমাঙদা ঈশিং গ্লাস অমমম্‌ থক্লবদি থুনা ফজখি। মাযরোংবী মনা অনৌবহ মহী শুল্লগা অয়ুক, নুংদাংয়াই, নুংথিল অহুমলক আউন্স ২।২গী চাংদা থক্লবস্থ ফজখি। অহবু চাক পীজদনা এলিমিনেটিভ ডাইট্‌ হৈগা মনা-মশিংগদা ফগ্রিফাওবা থস্থনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ।

থুদম তাক্লকপা ওইরগা থুদক্লা ফনবা ওইনা ঈশিং অশাবদা চম্প্রা মহী শুমজিল্লগা গ্লাস ৪/৫ তপনা তপনা থকচিল্লগা থুং থিংজিন্দুনা লোই-নবা ওথোকপীয়ু। মতুংদা ঈশিং অশাবা গ্লাস অমদা চম্প্রা মহী য়াল্লগা থকপীয়ু। মহুদি ওথোকপীক্লরগনু।

চন্না ২/৩ হেল্লগা হৈ, মনা-মশিং চাদ্না নৈবদ্না খাইদগী ফবা লায়য়েংনি, কান্নহোবস্থু হেনগনি। পূক অসি ঈশিং অশাবনা হীগা যৈরগা পূক শূবা কান্নগনি। ঈশিং অশাবা চম্পা মহীগা এনেমা তৌবস্থু য়াম্না কান্নে। মসি পূম্নমক্কী মথক্তা মশা কন্বা, শোন্বগী মতুংইন্না হকচাং ফগংনবা, থরাবগী পাঙ্গল হেনগংনবা লাক্লগদবনি। মসল্ অদক্কী মতীক মপাঙ্গল হেনগংহল্নগা ফজখিবা লায়নানি।

ব্লাদার নাবা—ব্লাদার নাবসি একুট, ক্রোনিক অনি শুই। ইউরেথ্রা, পোস্টেট গ্লান্দ অমস্থুং অথীভম নাবদগী ব্লাদাবদা নুংঙাইতবা কাওরকপনি। ব্লাদার হায়বসি হকচাংগী মন্নুংদা খাইদগী শোন্বা, ফত্ত-নত্তবদা হৈনদবা (delicate and irritated) হকচাংগী শক্তক অমনি। নাংথিক্তনা শেংদোক্নবা কেথেটার নল্লগা হিদাক নত্ত-নত্তবা চংশীনবদগী তৌবনি। ফত্ত-হৌদিনা হকচাং অসি থনখিহনা ফবা অত যুং ওইনা চংলকপদা হৈনদবদগী তৌবনি। খুদম ঙাং ঙাং নৈরবস্থু যুং হান্বা হেক লোইবগা শারি-শারি লাউদ্না নৈ। অদুগা হান্বা হেক লোইবগা অমুক হান্নীংই। অহিংদনা খাইদগী নুংডাইতে, অতগা তীল নৈরগস্থু তৌই। নুং নৈরগস্থু তৌই। অদনু নুং নৈরবদি ঈশিং খংলেপ লেপখি। যুং হান্দোকপ্লগা ব্লাদারগী মচীন অদু শুপচিনখিদ্না অহন্ ওইরবা মীতাদা নল্লগা ক্রোনিক ওইনা নারবা মীওইদা মচীং-মচীং হানদুনা, লোইনবা হান্দোকপা ঙমদে। হান্বা গ্রাদ্রবা মতমদা কেথেটারনা লৌখোকই। অদুগা প্রোস্টেট গ্ল্যান্দনা নল্লগা

নূংনা থিংবদা থবা থরা হান্বা মচৌং-মচৌং হান্নীংদ্রনতা লৈহন্বদ্রু হেনগংলি।

ব্লাদারদা নূং লৈবা—অহন্দনা নম্লা লৈ, অঙাং অমস্থুং মুপীদা লৈরবস্থু চাং হৈগ্ন। নুংচেং অমদগী য়েরুমমুক চাউবা ফাওবা মচু অমস্থুং মশক. মচাউ খেগ্ন ঐন্দ্রজালিক, ইউরিক অমস্থুং য়ুংদা য়াওবা অইত এসিড ক্রিস্তেলসশিংনা অঙৌবা চেক্‌পকুম্বা নূং শেমই। থুদমদি— নূং শেম্লগদ্রা থল্লকপদা চনীং অসিদা ব্লাদার লৈফম অসি ইশোন্‌শোনবগুম নূংঙাইতবগুম তৌরকই। অদুগা য়ুং হাল্লুবা মতুংদা শেং লাওনা থুনা নাবা মনা অমা পী। ঈশিং অসি চংপদা ঈ থরা যাওবা উরকই। ব্লাদারদা নূং লৈবা মীদি ঈশিং স্থুম চংলিঙদা থঙলেপ লেপখিবা য়াওই। স্থুম লৈজ্ঞরস্নদগী ঈশিং অহুনা থোরকপদা ইউরেথ্রাগী খোঙলম্‌দা চংথরকপদা ব্লাদারগী মচৌন্ অহুদা ওন্থরক্লুনা ঈশিং ফুন্‌বনি।

ব্লাদার অসি ওন্‌থংলকপা—ব্লাদারগী মঙকলোমদা নূংঙাইতবা মথল্ অমা পীবদগী তৌবনি। য়ু য়াম্না থকপদগী য়ু অহু ফার্মেন্ট নীংথিজনা তৌহৌবা ঙমদবদগী তৌবনি। ব্লাদার নাবদগীস্থ তৌই। য়ুং অসি হান্নাংবনা শিগদোই। হাল্লুরগা ড্রোপ ১/২দা তাই, অহুম হান্নীংহনা, নাহনা লৈ। শারি-শারি তৌহনা লৈ।

ব্লাদার শিথবা— য়াঙগী তাং নাবগা লোয়নৈ। প্রোস্‌টেট গ্ল্যান্দ নাবা অমস্থুং বাদারগা তোং শোল্লকপদগীস্থ থোকই। শিথরিবসি স্পাংস্তার হায়বদি তাম্পোকপদা চঙবা মমন্ অহু ময়াই

তারে, শিথরে, য়ূং অহ্ থঙ্গস্থ ঙমদ্রে অদুগা য়ুবঙুম তাদুনা লৈ, হান্দোরকপস্থ ঙমদে অদুনা অদুম লৈদনা লৈবা তাই।

ম্লাদারদা ঘী লৈবা— ইচম চম্বা নত্রুগা চাউখংপা, শৌগংপা নাইবা, অনিমক লৈবা য়াই। অদুগা হৌগংলকপদা ঘী লৈরে হায়বা খঙবা ঙমদে। য়ুং হান্‌বদা বেরা তৌরকই, ঈ হাল্লকই, হাউ য়াওনা হাল্লকই।

লায়য়েং— ম্লাদারগী লায়য়েংদি মখল পূঃমক্কী ওইনা পূম্না য়েংবা য়াই। অদুগা ক্রোনিক অমস্থং একুটিকী লায়নাগী লায়য়েং-গদি মান্নদে। ইহান হেক হানবদা ম্লাদার অসি নারবদি চরা হেনগ-দবনি। কমলা, চম্প্রা মহী য়াল্লগা ঈশিংদা থক্তুনা লৈগনি। মুংঙাই-তবা খুদম পূম্নমক মাঙখিদ্রিবা ফাওবা হেনগদবনি। ঈশিং অশাবনা ফৈ। মদুনা ঈশিং য়াম্না চংহল্লি। অদুগা য়ুংদা য়াওরিবা পোং-শকশিংদু পাথোকহল্লি। অদুগা শংদোকহনবা অদুগা হৈনদবা অহুস্থ কোকহল্লি। তহানবা ঈশিং য়ায়া থকপদা নাবা হেনবা য়াই অহুবু মমৈদা মীংনা বুষ্ণগী মনুঙদা মতুবা খুদম মাঙখিগনি। খাঙবা ঙমদ্রগা লৈ অসি ময়াইদা য়ানা চিক্তুনা খাঙবীয়ু। ম্লাদার নাবা ফবনি। ঈশিং অশাবদা মমতুনা সিঙ্জবাথ তৌবা য়াম্না ফৈ। মিঃ ২০ দগী ৩০ ফাওবা ফম্বা য়াই। মতুঙদা ফি অচোংপনা চনীংদা পেক তৌরগা ম্লানেল অমনা মুংশিং চঙদনবা য়োম-শিনবীয়ু। পুং ২ ফাওবা অহুম থম্বীয়ু। হীপবাথ তৌবদা খুদোং চাত্রগা ঈশিং অশাবা মিঃ ১৫ থোম্বীয়ু। মতুংদা অঙৈংবা পেক, মথক্কী মওঙদা তৌবীয়ু। নাদ নারগা ঈশিং অশাবগী এনেমা

তৌবীয়ু। অশাবা থরদং হাঞ্জিন্দুনা অহুম থম্বীয়ু। করিস্থু কিবীরুনু। এনেমানা ঈশিংহু মিঃ ৫ থম্বীয়ু, অমা হাঞ্জিন্দুনা থম্বনা মিঃ ১০ শুহনবীয়ু। এনেমা অনিরক, হাঞ্জিন্দুনা থম্বা অনিরক নিত্তিগী নুমিৎ ২ দি থম্বীয়ু। মতুংগী নুমিৎ অমদা এনেমা, মতুগী মতুংগী নুমিত্তা হাঞ্জিন্দুনা থম্বা, অম্মুম্না চপ্পবীয়ু। খুদম পুম্নমক মাংঙখিগনি। মাংথোক্তুগা মকোক্তগী হন্না তৌবিয়ু। ফি থোমনবা ঈশিং অশাবসি পোক্তি পোক্তনা, ব্রাদার অসি শামন্দুনা কোনখংলকপা ফাওবদি য়েনা শাহন্দনা, য়ারিমখৈদি শাহল্লু। হানজিন্দুনা থম্বসি হকচাংগী টেম্পরেচর চপ চানা থম্বহুনা য়াম্না কান্নহল্লি। ঈশিং চংপা য়াত্রবদি অশাবা ঈশিংদা ত্তাংবনা মফরে। ঈশিং অশাবস্থু পীথক্কদবনি। মাহুতনা ব্রাদারনা নারিবহু ফহনগদবনি। থ্বাডদা ঈশিং অশাবা য়ৈবা অমস্থুং থোম্বা কান্নে। মতুংদা খুদম নুংঙাইতবা পুম্নমক ফরবা মতমদা মনা-মশিং ফুংলগা নৈখায়রগা চুমথোক্তুনা পীথকপীয়ু। থুম থাক্তনু। পুং ৩/৩ গী চাং লাপ্পনা পীথকপীয়ু। হুম্নি শুরকপদা পুং ২ খুদিংগী পীথকপা য়াই। মতুংদা অযুক্তা কমলা অমগী মহী অযুক্কী পুং ৮ দগী নুংদাংগী পুং ৮ ফাওবা ঈশিং য়ান্দবা শঙ্গোম পোল্লা অমমম পীথকপীয়ু। মতুংদা অযুক্তা হৈ মহী, পুং ৮ দগী নুংদাংগী পুং ৮ ফাওবা শঙ্গোম ঙাক্তা ঈশিংদি য়ান্দনা পীথকপীয়ু। মথং নুমিংশিংহু পুং ১২, ১২ খুদিংগী পীথকপীয়ু। খুদম নুংঙাইতবা মাঙখিবা নুমিং হুম্নিগী মতুংদা কমলা হাং চিনগদবনি। শঙ্গোমদা য়াওরিবা ঈশিংশিং অহুনা থ্বাইদগী হেন্না ফত্ত-হৌদি

অহু চামথোকখিগনি। শঙ্গোমদগী হেন্না নোয়-পেনহনবা চিঙ্গাকস্তু অমা লৈত্রবনা শঙ্গোমদ পীথক্লুনা থম্বনা ঈদা ফৈ। শঙ্গোমদা লৈরিঙৈদা অশাবা অঈংবা সিজবাথ তৌবা কান্নে। অশাবদা মিঃ ৩ অঈংবদা ঙহাক্তা লুপ্পীয়ু। মথংদা মিঃ ২ অমস্তুং মিনিট অমতং ফমলগা, ঈশিং অঈংবদা হেক্তা ফমথরগা লোইশিনবীয়ু। শাজেল অমস্তুং হকচাং ফগংনবা রুটিন অমা লেখংপীয়ু।

ক্রোনিক ওইনা রাদার শোল্লবদি হকচাং ফনবগী নিয়ম খরা রুটিন অমগী মখাদা চঙবীবা ফৈ। নুং লৈরে হায়বা খঙলবদি নোংগী ঈশিং শীজিন্নগনি। দিষ্টিল্ড ৱাটর ঙাক্তা শীজিন্নবীবা য়াই। পুং খুদিংগী অযুক নুংথিলদি গ্লাস অমমম থকপা য়াই। নোংগী ঈশিং অসি ঋ্বাইদগী ফবা দিষ্টিল্ড ৱাটর নুংশিংনা য়ৈরবা (airated) নুংশিংলক্তগী লাকপনি। অনিসিমক ফংজ্রগা ঈশিং অরুম্বা শাজিন্নবীয়ু। ঈশিংদ য়াম্না থক্লুনা রাদার অমস্তুং ঈদগী ফঙ-হৌদি পূম্নমক পুমচাম্ চামথোকহৌবনা রাদারদা লৈফম থোক্তবা পোং পূম্নমক ঙুনা চামথোকপদা মতে পাংই। নুং অসি পীক্লিঙৈদা ঈশিং য়াম্না থক্লুনা নঙ্গা হৈ, মনা-মশিংদা চাদনা অদগ। ঈশিং অশাবগী পেকনা তাম্থোকপদা য়াদনা চাউথ্রবদি নুং চপখাইবা মখলগী ওপরেসন তৌহনবা তাই। য়াম্না হৈবা মানা ওপরেসনদি তৌহনগদবনি।

রাদার অসি ক্রোনিক ওইনা নারবদি চংপ্রামহী য়ানবা ঈশিং থক্লুনা চরা শানা হেল্লগা, মতুংদা চরা হেনবা মমুংদা চাবা হৌনবা হৈ, মনা-মশিং চারগা, মতুংদা শঙ্গোম ঙাক্তা

পীথকপা কৈ। ব্রাকিংনা লায়না অসিদা খ্বাইদগী ফবা মতেং পীগনি। নূং লৈরবদি ব্রাকিং চংপদা নূং অহনা অমোনবা ব্লাদারগী ভোং অহু শোকহল্লি। অহনা (নূং লৈরবদি) ব্রাকিং চংকন্নু। নূং নত্রবদি ব্রাকিংগা মান্ননা ফবা লৈতে। অহানবদা ব্রারবস্তু নাবা হেল্লবস্তু কুইরগা পূম্ফ ফখিগনি।

ব্লাদার কোনখংপা—নুংদাংব্রাই অমদি অযুক্তা অঈংবা ঈশিংদা খ্বাও তাংবা কৈ। ভূমন্মদাইদা নাংহ অসি কোয়না ঈশিং অঈংবগী শুংদনা য়েংশিল্লগা অকংবা ফিনা মথক্তা অমুক য়েংলগা অহুম ভূমগ্রো, অহুম কংহল্লু। নোংডাল্লগা লৌথোকউ। অহনা পোখাংনগনি। ভূস্বা য়াগনি।

ব্লাদার পেরেললাইসীস—ক্রোনিক্কী লায়য়েং য়েংগনি। অহুগী মথক্তা অ্বা ওইনা য়াওদা ঈশিং অশাবনা হীগা য়ৈবা, থোম্বা নঙ্গা অশাবা অঈংবা ওন্ন ওন্ন থোম্বা হীগা য়ৈবা মিঃ ৩ অশাবা মিঃ ১ অঈংবা 'দোরসেল' অমস্তুং 'লমবার' শোকপা শাজেল তৌগনি। নঙ্গল, নাংহ, খোয়, লেংবান শোক্ল নোম্বা শাজেল তৌগনি।

ব্লাদারগী ঘী-দি চন্না খন্না কুইনা হেনবা তাই। কুইরিব-মখৈ কান্নে।

ব্লদ প্রেসর – ব্লদ প্রেসর অসি এম,এম ১১৫দগী এম,এম ১৩৫ ফাওবা খডৈন। চহি ৪০গী মথক ওইরবস্তু, ১৪০দগী হেনবস্তু নোরমেল কৌবা য়াদে। নুপীনা নুপাদগী পোইন্ট ৫ হেন্না লৈ। মশাগী চহিদা ৯০ হাপ্চিল্লু অহু ওইরবদি নোরমেলনি লৌনৈ।

হাই ব্লদ প্রেসার—ব্লদ প্রেসার অসি ১৭৫ দগী হেনগ্রবদি শাথিরবা ফিভমনি খন্নবা য়াই। মরী হায়বদি ঈ উত্তোং (arteries) মরাই তাবা, নেফ্রাইটিস, ক্রোনিক ইন্টেস্টীনেল নেফ্রাইটিশ, নাবভস্ ওইবা, এপোপ্লেক্সী তৌবমদাই, যুংনা হান্দোকপা যাদত্তুনা পুমথত্তুনা ঈদা চাইথোরকপা. ঈদা ফত্ত-হে দিনা থনখিবা অসিদগী থোকপনি। হৌরকদম লৌথোক্তুনা ব্লদ প্রেসাব তাংহনবদি মাঙনবগী মশক্কি। মবমদি নেফ্রাইটিশ মক্তদা ঈ অনি কিদ্‌নি অনাবা অত্তুদা য়াম্না চংনবা ব্লদ প্রেসার হাইগংহনবা দরকাররনি। ফত্ত-হৌদি শেংদোক্লবা কোস অমা চংলবা মতুংদা মরাইনা হম্বজখিগনি। মাত্তুদনা সাইন্টিফিক্ ওইবা লম্বীনি।

লায়য়েং—নুমিং খরা চবা হেন্দোকপা নত্রগা হৈ মহৌদা নুমিং খরা লৈবা য়াই। নত্রগা হৈগা মনা-মশিংগা এলিমিনেটিভ ডাইয়েট্‌তা লৈথোকপা নুমিং খরদি চঙই। মতুংদা শঙ্গোম ঙাক্তা থক্তুনা লৈবা ফৈ অত্তুবু ক'র্ট ৪½ দগী হেনবা য়াদে। অনোয়বা মীদদি নোয়খংলব্রগা খুদোং থী। লুম্বু লুম্বু শাবা ঈশিংদা ঈক্রজবা কান্নৈ। কননা তকপা ননবা ফত্তে। থীনা হেঞ্জিগ্রবা মীদদি ফমুংদা হিপ্ত্‌না লৈবনা ফৈ। হকচাং অসি নম্‌দনা, লায়না, য়াংনা মায়দগী থবাক, নংগন স্নুম নার্নিথবা ফৈ। নাম্‌খংপা য়াদে। চুরুট মনম্ ফাওবা তাহনবা য়াদে। চা, কানি, চিনি চাবা য়াদে। শা, ঙা, থুম, য়েরুম স্নুকচা চাবা য়াদে। হৈ, মনা-মশিং শঙ্গোম, শঙ্গোম অফম্বা চাবনা খ্বাইদগী ফৈ। চিন্তা, খংনবা, শাওহনবা, থবক কননা শূবা স্নুকয়া য়াদে।

য়ু থকপা অমস্তুং মুপী নাহাগা হিপমিন্নবা স্তুকয়া য়াদে। খোঙ ১স্তুং খুং নোইবদা শেগ্রাক্ অমস্তুং ফৈগন্দগী হৌনা নানথবা খ্রূদান, খোঙদোন অহু শা-নবা নান্‌বীবা, ঈশিং অশাবা হাপ্পা বেক, লিক্লি অশাবা অহুনা খোঙ ওম্বিয়ু। অহুগা মথং মথং নোংমগী কোম্থোং অমা, খোংনাং অমা হেনগংনা রাকিং চংপা মপা লৈতনা কৈ।

লো ব্লদ প্রেসার— ব্লদ প্রেসার হাইথনা লৈবসি মরম্ কয়াদগী থোক্লবস্তু খরা হাইথরপ লৈবনা মফে। সারকুলেসন্ খরা হন্থনা লৈ হায়বস্তু লো ব্লদ প্রেসারনা তাকই, হার্ট খরা শোল্লী অহুগা আর্টরী খরা মরাই তারগস্তু তৌই। ক্রোনিক নেফ্রাইটিশ করিগুম্বা অনাবগী ইনফেক্সন নল্লগা ফত্ত হৌদি লৈমনবদগী এড্রীনেল গ্রেন্দ চোকথবা তাইফোইড্, ইনফ্লুয়েঞ্জা, নিউমোনিয়া টি, বি, ডাইবেটিজ মেলিটস, চুরুতত থক্লুনা লৈবা, ওপরেসনদা ঈ য়াম্না থোকপা, (এনেমিয়া) ঈ কংবদা অয়াম্বা মতমদা ব্লদ প্রেসার পুরকই।

লায়য়েং— হৌফমহু লৌথোকপনা লায়য়েংবগী মফমনি। হার্টকী মসল্ শোন্‌বদগী ওইরগা পোত্থাগনি নল্লগা রাকিং খর খর হেনগংনা চংপা তমগনি। অরাংবা কাবা য়াদে। অঙম্বা চীং নল্লগা কৈরাক থাক কাবা য়াদে। শাজেল তৌবদা খর খর হেনগংপা মখলগী শাজেল তৌহনগনি। করিগুম্বা মওংদা চোকথহন্‌বা য়াদে। শাজেলগী মতাংদা হার্টকীদমক্তা পীবা শাজেল য়েংবীয়ু। মত্তেক্ মত্তেক্ ঈরুজবা য়াই। হকচাং অপূম্বা অমুক্তদা অঈংবা ঈশিংদা পুমলু লুজবা য়াদে। মেসেজদি

তৌগদবনি। চাবদি হৈ, মনা-মশিং য়াম্না চাবা তাই। নোংমা নিনিদগী হেন্না চরা হেনবা খক য়াদে। চরা হেনবগী মহুত্তা হৈদা চাহ্নবা লৈথোক্লবা শীনগদবনি। হৈ অহুমক চাবা য়াই। মতুংদা শঙ্গোম ডাক্তা থক্লনা লৈবা ফৈ। মাংবা য়াননবা লাকুগনি। য়েনশা চাবা ফৈ হায়না লৌনৈ। অহুবু শা চারগা মাংবা-খোংপা য়াদ্রবদি ঈ অমুক শেংহন্দবা হেল্লি। শা চাদ্রগা ফগংপা হেল্লি। চনম্ খরদি য়াওদবা য়াদে। মরমদি চনম্না আর্ট'রী অসি ফাক্তোকহল্লি। তিহ্লৌ, চনম্ খরদি নিত্তিগী চাবীয়্। এদ্রীনেল মকূপকী টেব্লেট চাবা য়াই। অহুনা মশাগী এদ্রীনেল গ্লেন্দনা থবক খরা তৌজবা ঙমদ্রিবা ফাওবা খরা মেন্খংনবগীনি।

শরুগী লায়না (Diseases of the bone) হকচাং পুম্নমকপু পুল্লিবা শরু অসি মশা ফনা অমস্তুং কন্না থম্না দরকাররনি। শরুগী নোয়-পেলহনবগী থবক অসি ফহল্লবদি হকচাংগী শরুক অতৈগী তোংদগীদি নাগন্দবা হেল্লি। অহুগা চাংদা শরু শাবদা চঙবা পোংচঙ অহু ব্রাংলগদি অতৈ হকচাংগী তোংদা মপোং ব্রাংলগা তৌবগুম্না চাথংহন্বা নল্লগা শোক্লগা মেরামত্ তৌহন্বা ঙমদনা লৈ। চাবদা কেলসিয়ম্ ব্রাংলবদি মী অহু মশাফনা কন্না লৈ হায়বস্নু য়াদে। শরুগী লায়না য়েংবদা ফবা ব্রাবসি কেলসিয়মগুম্না থুম কয়া শরু মশা কন্নবদা চঙইবহু ব্রাংপদগী থোকপনি। অহল ওইরবা মতমদা শরু অসি পথরকই মরমদি শীজিন্নদবদগী অকন্বা শরুক পুম্নমক চুপশীনখি। অহুগুম্না তেক-কায়বা মতমদা শীজিন্নদবদগী মতৌ অহুগুম্না শোকখৈ। থবক পুল্লিবা-নোমইবা শাজেল

তৌরিবা মীগী শরুদি মুতিগী শরু শাগংলিবা সেল্ ওইওরাইস-শিংনা অহুম শাগংলক্লগনি। শরু অসি কন্‌বা অমসুং কুংশীন্না লৈবনা শরুগী তোং অসি পোমখংপা ওমদে অহুনা শরুগীদি চৌকথনা নাবগী মওং ওই। ঈ পীবগী থবক অসি খংকন্ কন্-খংলি। তোং অহু শিথহল্লি।

শরুগী টি, বি,—টি, বিগী খুদম পুম্নমক লৈনা, শরু নাবা অহুগা লোয়ননা শরুগী অকোয়বদা লৈবা তোংশা পুম্নমক খুই-জিল্লকপা থবক, মরাই শিথরকপা অসি অনাবা শরু অহুগী মনাক্তা থোকই। মসল্ অহু চাং নাইদনা সুপশীল্লকই অমসুং কন্‌শীনখি, নীংহু, খুনীং, খুকউ, খুংকী খুজেং (wrist) খোঙগী খুজেং (ankle) অসিগী মনাক্তা লৈবা শরু শোকই।

শরুগা এক্রোমী— মরাই তারকপা, থবক পুবা ওল্লক্তবা অসি অহল ওইরগা তৌরকই। অহলগী লায়নানি।

শরু পেংথরকপা ওসতিও মেলেসিয়া—শরুগী তোংশা অসি সুম পেংথরক্লনা শরুগী শকফম হোংলকই। নোয়-পেন্নবা মচাক্ থাংলকপদগী তৌবনি। মীরোন্‌বীদা তৌই। অঙাং অসি মশীং য়াম্না মথং মথং পোকপা অহুগা চাবদি নীংখি নুংঙাইনা নোয়-পেন্নবা চিঙ্গাক চাদবদগী থোকপনি। ভিটামিন অমসুং কেলসিয়ম্ থাংপদগী থোকপনি। মসি নত্তবা শরুগী লায়নাদা য়াঙ নাবা, য়াঙ কোন্‌বা, শরুগী কেরিজ, পোট্‌স দিজিজ অসি শরু নাবননি।

লায়য়েং— শরূগী লায়না পূম্নমক্তা নীংথিজনা নোয়-পেন্নবা চিঙ্গাক পীজবা অদুগা ঈ শেংদোকপগী থবক পুরিবা অদুদা অয়ৌবীদা লৌখংলগা ফজখিগনি। ইলেক্ট্রিক্কী লায়য়েং লৈতবা মফমদদি ফোমেন্টেসন তৌগনি। হকচাং ফগংনবগী ওইবা রুটিন অমা লৌখংকদবনি। ঈশিংদ থক্কুনা চরা হেন্দোক্কনি। নুমিং নিনি হুম্নি হেন্নবা মতুংদা শঙ্গোমদা লৈগনি, অয়ুক্কী পুং ৮ দগী নুংদাংগী পুং ৮ ফাওবা। শঙ্গোমদু অফম্বনা ফৈ, অফম্বা গ্লাস অমা থুদিংগী থজুর অনি অনি হাপ্পীয়ু। পুং অনি খুদিংগী পৌরা অমমম্ থকপদা নোংমদা থজুর ২৪ চাগনি। শঙ্গোমদা শরূ শাবগী চিঙ্গাক চঙফম থোকপা পূম্নমক য়াওই। অদুনা থুনা মশাস্থ হনগংকনি। অহিংবা মীবু শঙ্গোমগা হৈগা তিন্নবা মখল কয়াগী শঙ্গোম থাদোক্তুনা পীজবা চিঙ্গাক্তুস্থ লৈবা ফৈ। মতুংদা থোংদবা অহিংবা মনামশিং বাদাম্নচিংবা পীজবা ফৈ। কোড্লিভর ওইল্ পীজবা ফৈ। য়াঙদা ঈশিং হিগা য়ৈবা ওয়েটসিট পেক অসি চয়োন্দা ২/৩ পীবনা ফত্ত-হৌদি লৌথোকপদা য়াম্না মতেং পাংই। শঙ্গোমদা লৈতবদি ঈশিং য়াম্না থক্কদবনি। খোঙ হাম্বা য়ানবা লাক্কবীয়ু। য়াদ্রগা এনেমা তৌবা তাই। অশেংবা মুংশিংতা লৈবা, নুংশা চাং হেনগংনা য়াইবা কান্নগনি। শরূগী তুবরক্লোসিসতা ঈশিং অশাবগী মহুন্তা অঈংবা থোম্বা, হিগা য়ৈবদা নত্তনা অতে লায়য়েং পূম্নমক লৌখংকনি করিগুম্বা কালদা অশাবা অমস্থং অঈংবা ওম্ন ওম্ন পেক তৌগনি। থবোম্বীগী টি, বি, দা য়েংবা লায়য়েং অদুগা চপ্ চানা তৌগনি। সমুদ্র ময়াদা হরা হোংবা ফৈ। মুংশিং মুংশাদা হকচাং কনবা

শোনবা মতুং ইন্না কুইনা অমস্তুং মতম ককনা লৈবা তমগনি। শরু চৌকপসি ইনফেকসন (লোনরকপা) নম্রগা শোকমনবদগী থোকই। নরুগা ঈ শেংদবদগী থোকপনি। হুম্ হুম্ চৌকপা মন'না। মুমিদাংদনা খরা হেল্লি। শাক্কেল ত্তৌরগা অমস্তুং লেঙলগা চৌকপা হেল্লি। শরু নারিবা অহুগী মথক্কী উনশা অহু হাইক্কেং ঙাউই। অহুগা ঈ থাংদবা, ঈশিংনা পোমখংপনা ইরং লংনা তাইক্কেং তাইরকই। মসিবু "ওসতেটিশ" কৌই।

অহুগা (periostitis) পেরিওস্টিটিশ হায়বহু মথক্কী অসিগা মান্নে। নারিবা মফমহু নান্‌বা য়াদে। অহিংদা চৌকপা হেল্লি, শাক্কেল ত্তৌরগা নাই। পোমখংলি। উনশাহু ঙাউই। মনুংদা পোম্লবদি মথক্কা পোমখংপা হেনগংলি। য়াম্না চৌকই।

ওস্তেওমাইএলিটিস— ত্তেকপা-কায়বদগী চুম্না শোকপনি। খাইদগী অরুবা মওংদা চংগ্রবদি শেপটিক (পুম্থবা) ওইহুনা নিংথম চল্লকই। হকচাং য়াম্না শোস্থরকই। চোইরোন লোল্লি। অশোকপা অদুগী মথক মখাদা য়াম্না কন্না চৌকই। শোকপদা নাই। মচু অহু থীজিল্লকই। পোমখংলকই। লায়য়েংহৌদ্রবদি ঈ পুম্নমক হু চাইবগী খুদম উরকই। শরুগী শকক খরদি নাইগা লোয়নবা থোরকই।

লায়য়েং— শরু চৌকপসি লাইহৌ, নিংথম চনবগা লোয়নৈ। খোঙ হামদোক্লবা লাক্লহুনা খোইরৌন অসি শেংদোক্কনি। অহুগা এনেমাস্থ তৌথোক্কনি। ঈশিং মরাং কায়না থক্কনা লৈথোক্কনি। নিংথম চল্লবদি ঈশিং অশাবনা এনেমা তৌবীয়ু। নম্রবদি লুস্থ

নত্রগা অঙ্গৈবনা কৈ। খুদম পুম্নমক মাঙত্রিফাওবা ঈশিংদ চম্প্রা মহী য়াল্লগা থক্লুনা লৈথোক্কনি। করিগুম্বা কালদা য়াম্না নোয়বা ওইরবদি মুমিং ৫/১০ নি লৈথোকপা কৈ। হৈনা চরা হেনবন্থ লোইশিল্লগা শঙ্গোমদা লৈহনবা কৈ। কেলসিয়ম্ ফোসফোরস্ য়াম্না য়াওবনা শঙ্গোমদদা লৈবনা পুম্নমক্কগী হেন্না কৈ। শরুগী সেল শাগৎপদা তেংবাৎই। হান্নগী যিভম য়োদ্রিফাওবা শঙ্গোমদা লৈথোকপা কৈ। অশোক-অপন লৈরবদি শোকইবন্থ য়াম্না লূনা-নান্না থমগনি। মুংশা য়ৈহন্দুনা য়ারিবমথৈ থম্বীয়ু। অশোকপা লৈরবস্থ লৈত্রবস্থ নারিবা মফম অন্থ ঈশিং অঙ্গৈবদা লুম্না খুদৈ থোমহনা পুং ২।৩ থম্বীয়ু। নিংথম চহ্গ ঈশিং অশাবদা লূপ্পা পেক নত্রগা বোটল, বেগতা ঈশিং অশাবা হান্দুনা হুকচাং অন্থদ লুম্নবা মৈশা পীবিয়ু। পেক খুদিংমক মৎক থংবা য়োমশিনবা ফি অন্থ থা-না মুংশিং চঙদনা থম্বীয়ু। পুং ২ দগী তাদনা থম্বীয়ু। খাঙবা ওমদনা চৌক্লবা অন্থগা লাইহৌ লৈরবদি হুকচাং পুম্নমক থুংনা পেক তৌবীয়ু। লাইহৌ লৈত্রগা অশাবা ব্লাংকেট পেক তৌবীয়ু। লাইহৌ তৌরিভৈদা পোথাবা দরকারনি। মুংশিং অশেংবা য়াম্না ফংহন্নু। মসিগী লায়য়েং অসি লৌহৌরবদি কৈদৌঙৈদস্থ পোমদে। অন্থগা ক্রোনিক ওইনা কুইনা লৈহনগ্রবদি পোমই, নাই চায়। ইপসোম্‌সোল্ট (মেগ-সলফ্) থক্না ঈশিং লূপ্পগা শুমদোক্লবা ফি অন্থনা হাপ্পগা পেক তৌবদা মমুংগী নাইদ মচিন নাইনা মতোমলোমদা চিংথৎলকই। নাবন্থ ফহল্লি। মুংশাস্থ য়ারিমথৈ মফম অন্থস্থ হুকচাংস্থ য়াইবীয়ু। নিয়মদি মুংশা য়াইবা হায়বা মমৈগী চেন্টরদা য়েংবীয়ু।

খোঙকোন্‌বা (bowlegs)— মখোঙ কোনবসি অঙাং ওইরিঙৈদা ক্রিকেটকী লায়য়েং লৌবীরগা মতোমদা ফজখি। অদুগা মমাগী গর্ভদা লৈবা মতমদগী মখোঙ কোন্‌না পোক্লকপা অঙাংস্মু য়ামই। নুংশাদা শান্নরক্লবা নুংশাদা থম্বীরক্লবা মতম, চৌঙ্গাক রাঙনা পীজরক্লবা মতমদা ফজখি। অদুবু মমা মপাদগী লৌরক্লবদি চুমথোকপা খরা লুই।

লায়য়েং—চহি ৪/৫ হেনগ্রবদি চুমথোকপা খরা লুনা থোকই। অদুবু শাজেন্না ফবা ঙমই। খ্বাইদগী ফবা শাজেন্দি—

(১) খুংনা খ্বাঙ মেন্থুনা, খোঙ ফাকনা লেপ্লগা খুকউ তিংনা লৈরগা তপ্না তপ্না খুকউদু য়ারিবমখৈ তিংনা মনুংলোমদা থেকচীন-মিন্নহুনা, খোঙপাক অনি অদু তপ্না তপ্না অনি পুন্নবা শিং-শিন্থুনা পুশিনবীয়ু (৫।১০ রক হন্না তৌবীয়ু)।

(২) খোঙ অসি চুম্না পেয়রেল ওইনা ইঞ্চি ৬ লোম লাপ্না লেপ্লগা খুনীং কাঙবীয়ু অদুগা খুং অদু কোকথক্তা হাইগন্থুনা লৈবীয়ু। খুকউ অনি অদু থেংননবা কন্না, অমুক অমুক হোংনবীয়ু (১০ রক)। খোঙগী শাজেল অসি কাক্তোকইবদু পুশিন্নবা ওইনা মায়কৈ মরিদা থেকপা ফৈ। অদুগা খুবোম অদুগা ফৈগনগী শাজেন তৌদুনা মসল্‌ কাহল্লবদি খোঙ কোল্লি হায়বা উদে। খোঙ অদু নাকনলোমদা থাঙন্থুনা ফৈগন্‌ মনুংগী মসল্‌ কাহল্লু। খুবোম, ফৈগন্দা কোল্লবদি খরা লুই। খুকউদগী কোনবা ওইরবদি শোরদনা কান্নবা ফংগনি। করিগুম্বা মী খুদিংগী মশাগী ওইনা শোয়বা লৈরবদি মদু য়েংদুনা ফনবা শাজেল ইরে লৈ।

(৩) খুকউগী তাং ফজনা ফাজিনবা ৱাংপদগী (articulation) থোকপনি। খোঙ অমা মাঙলোমদা থাংদোক্লো, অহুগা নশা অহু কোন্থরগা খুবাক অহুনা থাংদোক্লিবা খোঙ অহুগী খুকউদা কন্না মখারোমদা হায়বদি কপ্লাকলোমদা নমথো। খুং অনিমক চঙনা তপ্না তপ্না য়ারিমখৈ নমথো। নোংমদা ৫/৬ রক তৌ।

(৪) অহুগুম্না খোঙ লাপ্না ফাকতোরগা খোঙ অমগী খুকউদা নমহুনা কপ্লাকলোমদা নমথো। নোংমগী মগুংদা তোইরপ শান্নৌ।

(৫) চৌকিদা ফমলো। খোঙ ওয়হু য়েংকী ফৈগন্ মথক্তা থাঙ্গৎলু। খুৎ য়েংনা খোঙশা তহু পায়হুনা নমথো। খুৎ ওয়না খোঙগী খুনীংদ পায়রগা চিংখৎলু। ঙম্লিবমখৈ কল্লপ চিংখৎলু অমস্তুং নমথো। অমুক কোমথোকপা তমউ। অহুগা অমুক হৌ। অতোপ্পা খোঙ য়েংকী অমুক তৌবিয়ু।

(৬) হান্নগী মতৌগুম লৈরগা খোঙপাক্কী অকোনবা অহুগী ময়ায় চানা খুৎ য়েংকী খুবাক্কী অতোংবা অদ্দা থন্নগা খোঙশা অদ খুৎ ওয়না পায়রগা নমথদ্না খোয়রীবদ মৎল্লোমদা পুখৎনবা হোৎনৌ। অমুক থাদোকউ। অমুক হন্না তৌবিয়ু।

(৭) খোঙ অদ ফাক্তোক্লনা লেপ্পীরগা খুকউ অদ্দা খুৎ অনি অদ্না য়েৎ-ওয়দা, খুকউদা নম্দনা থন্নগা তপ্না তপ্না খুকউদ ইনশীন্দুনা মী এটেন্সন্দা লেপ্পা ফিভমদা খোঙ অনি অহু পুশিল্লকউ।

(৭) খুনীং কাঙদ্না শান্নৌ। (২০/৩০ রক)

রিকেটকী লায়য়েংদস্থ খর য়েংবীবা য়াই। স্নুংশা য়াইবা, কোড লিভর থকপা কান্নে। মরূদি— ঈ শেংনবা অমস্তুং হিংনবগী

খরায়গী পাঙ্গল শাগৎপা চঙই। অতুনা শাজেল অমস্থং চিঙ্গাক্তা হৈবা মীবু তাকহল্লগা চৎহনগদবনি। অতুগা অঙাং মচা ওইরিহৈদনা কোড্ লিভার ওইল (থাউ) থকপা অমস্থং নুংশা য়াইবা, শঙ্গোম ফজনা শীজিন্নরগা হেক্ত ফজখিগনি। তাংদ নত্তনা খোঙশা, খুনীং, খোঙপাকনচিংবা পুম্নমক অসি শাজেলদনা কনখৎহনগদবনি। অতুগা কৈফগনগী ময়ায়দা কোনবা ওইরবদি খরা ব্রায়। অতুবু মসল্ ফজনা কাহল্লগা কোল্লী হায়বা পোইনা উবা ফংদে। খুবোম অমস্থং কৈফগল অনি অসি চুম্না লৈবা ওইনা উরবদি খুকউগী তাংদা কোন্‌বনা। মসিদি লায়না ফজখিগনি। শাজেল অসি কনা তেবীয়ু। খুকউগী তাং হেক শীজিন্নবা শাজেল পুম্নমক কান্নগনি।

থোপকী লায়না (Diseases of the brain)—

মেনিংজাইটিশ, এপোপ্লেক্সীনচিংবা থোপকী লায়না কয়া লৈ। থোপকী লায়নাদা মরুওইনা থোপ্তা ঈ পুনবা নল্লগা ঈ লৈতবা অনি অসিনা মক ওইনা পীজরি।

থোপতা ঈ লৈত্রবদি মী অহু তাইফেং তাই, কোক ঙাওই, ব্রান্থ, মখোঙ-মখুং ঈংই। কোক্তা ঈ পুল্লগা ওন্ন-তনবা খুদম কংই। মায় অসি ঈনা হাইগৎলি, পুমঙাঙ ঙাঙই। (অপঙবশিংনা কৃচু ফজরেদা হায়রৈন)। লাইবক্কী শিংলি চোংথোক্তুনা লৈবা উই। থোপ নাবা, চীকপা লাক্লবদি (incap-phalitis) থোপমক্কী মশামক্তদা নারবনি। মশামক্তদা চীকপনি। ওবা, সাঙ চিংবা, হকচাং শিথবা লাকই। য়াম্না চাশীনবা, থকচীনবা, মাংবা য়াদবা, পুক্নীং অমস্থং হকচাং কা-হেন্না নোম্বদগী থোকপনি। থোপকী ঘী (brain

tumer) গী মখল মখা য়ামই। অকনবা, অথোংপা, চুম্না মৈরিক্লবা, অহৌবা নাইবা মখল কয়া লৈ। অকনবা পোংনা শাবা, মহীদনা শেম্লকপা মখল কয়া লৈ। টি, বি, গী ঘৌনা অঙাংদা তৌগল্লি। অহল ওইরগা চহি ৪০গী মতুংদা লাকই, নুপাদগী নুপীনা খিং হেন্না তৌই, অতোপ্পা মখলগী ঘৌনা নুপীদা হেন্না তৌগল্লি। কেন্সারদি থুনা চাউখংলকই। নাবা চীকপন্থ থুনা হেনগংলকই। অতৈনা তপ্না-তপ্না লাকই। অহানবদা থোপকী ঘা লৈরে হায়বা খঙদে। অদুগা কোক অসি সুম লূমহুনতা লৈবা (dull headache) অসিদা চিংনরকই। চয়োল নক্রগা থা খরগী মতুংদা খঙলকই। কোক অসি চীক্লুনতা লৈ। কবা খক ঙমদে, খাঙবা ঙম্লক্তে। ওনাংবা পোক্লুনা য়াম্না মথুম-মরাঙ হৌদুনত লৈ। থোপকী মথক্তা ময়ায়থংবা শক্লক্তা (Surface তা) Cortex ময়াদা নাই অমসুং য়াঙ চিংই। মিহুন তপ্পী। রা ভাঙবসু তপ্পী। ওনাংবা পোক্লনা ওয়। মথুম-মরাঙ হৌবা অমসুং পুক্নীংগী অতন্বা পোকপা লাকই। ব্রেনগী ময়ায়দা হায়বদি কোর্টেক্স ময়াদা ঘা লৈরবদি য়াঙ চিংই। মিহুনসু, রা ভাঙবসু তপথরকই।

লায়য়েং— ব্রেনগী লায়না পুন্নমক তোঙাম্না লায়য়েং পীজরকনি। অদুনা ব্রেনগী হেক লৈরিবা কুমলায়না ওইনা খোইশাংশিংনা নারবদি কনষ্টিট্যুস্নেল হায়বদি হকচাং পুন্নমক কপংনবা ওইনা য়েংবা ওইবা মখলগী থবক পুন্নমক লৌখংকদবনি। মগী পোংচঙ হোংদোকহন্নুনা মগী মগুণ হেনগংহনবনা অহানবা থবক ওইগদবনি।

কোক্তা ঈ য়াংনা পাবদগী নাবা লায়না ওইরবদি লুখমদা ফি থূপ্লগা ঈশিং অশাবদা লূপ্লগা শুমদোক্লুনা থোম্বায়ু। য়াও পুম্নমক য়োনবা থোম্বীবা ফৈ। অহৃদনা ঈচেন হেনগংহন্দুনা থোপ্তা ঈ পাঁয়ক্কনি। কোক্তা ঙহাক্তং ঈশিং অঈংবা থোম্বা য়াই। থোপ্তা ঈ পূনবা ওইরবদি মাহৃ ফনবা কোক্তা ঈশিং অঈংবগী পেক তৌবা নত্রগা ঙকশম, কোক, মায়, অমম্বং য়াঙদা ঈশিং অঈংবগী ফি য়েংপনা ফহল্লি। কোক্তা ঈ পূন্বা থিংবসি চনাংদা পেক তৌবনা রিফেক্স তৌহনা ফহল্লি। পূক্তা নৈরিবা ইন্দ্রি পুম্নমক্কী থবকশিং অহৃ ময়াই কাহল্লি। ঙক্তা, কোক্তা ঈশিং অঈংবা থোগ্নগা খোঙনা ঈশিং অশাবদা তাংবনা ত্রেন্দা ঈ পূনবা ফহল্লি। কোক্তা ঈশিং অঈংবনা কোয়েং য়েংশিল্লগা ঈশিং অঈংবদা হিপবাথ তৌরগা খোঙনা ঈশিং অশাবদা থম্বস্থ য়াম্না কাহ্নে। এপোপ্লেম্নী নত্তবা থোপ্তা ঈ পূনবগী লায়না অয়াম্বদা লায়য়েং অসিগী রুটিন অসি লৌবিয়ু। ঈশিংদ থক্লুনা চয়া হেনবীয়ু। মুমিং ৫/১০ নি চয়া হেল্লগা, মতুংদা হৈদ চাদূনা নৈরগা মথং মুমিং নিনি শুবদা মনা-মশিংদ চাহনা নৈথোকপীয়ু। মতুংদা শংঙ্গোমগা হৈগা চাবা য়াই। মুমিং ৫/১০ নি অম্মুম্না নৈবিয়ু। মসিমক্তদা থোপ্তা ঈ অহৃ পূম্দূনা নৈরবদি চাবসি থয়া হম্বরপ্ চাহনা নৈরগা কাম্নবা ফংগনি। কোক্তা ঈ ময়াঙ কায়না পাবা ঙমদহনা থোপকী লায়না নৈবদা অম্মুম্না চথবীয়ু। হৈ মহী য়ানবা ঈশিং থক্লুনা নৈবিয়ু। অহৃদগী ঈশিংদা থক্লুনা নোংমা নৈবিয়ু। মতুংদা শংঙ্গোম ঙাক্ত থক্লুনা নৈবিয়ু। শংঙ্গোম্না

চীথরকই। মায় অসি পঙনা উই। ইপঙ পঙথরকপা, শিগ্ররকপা, পেরেলাইসীস তৌরকই। চংপদা মুক্তি চুম্না চংপা ঙমদে। মৃত্যুক কাবা, কৈরাক নত্রগা চীং কাবদা তুবা, ওস্থবা থোকই। শা'র হৌবগুম্না হেক হেক জ্ঞান মাঙবা, য়াঙ চিংবা অসি থোকই। অনাবা অচ শিথবা, ফমুংদা কূনবা, চহি অনিদগী মঙা ফাওবা নাহ্না লৈ।

লায়য়েং— হিংনবগী পাঙ্গল হেনগংনবা লাকুবনা লায়যেং অসিদা মরুওইবা থবক ওইনা পায়গনি। ঈ শেংহন্নবা লাকুবনা মরু-ওইবা থবক ওইগনি। চরা হেনবনা নোংমা হেল্লগা নিনি চাবা, নিনি হেল্লগা মরিনি চাবা, মরিনি হেল্লগা নিপান্নি চাবা অসিগুম্বা মথলগী চরা মহেন হেনগনি। নোয়রবা অমম্বুং লুম্বা হেন্মল্লবদি চরা অসি মতৌ অস্সুয়া থা ./২ হেনগনি। তুম্বগী পাঙ্গল অচু কল্লক-ত্রবদি অচুগা ময়াং কংমল্লবদি নুমিং মঙানিদগী হেন্না চরা হেনবা য়াদে। অচুগা চরা শাংনা হেন্দ্রবদি চরা হেনবহ তোক্লগা শঙ্গোম চাক্লা থক্কুনা লৈগনি। ঈ শেংনবগী থবক লৌখংকনি। এলি-মিনেটিড দাইটস্সু লৌখংপা য়াই। অহুবু ঈশিং য়ায়া শীজিন্নবা য়াদে। মাংবা য়াগ্রবদি ফরে। য়াক্রবদি নোংমদা অমুক্তি লোথোকপা তাই। হিংনবগী পাঙ্গল হেনগংনবা কুটিন অমা লৌখংকদবনি। শাজেল, পোখাবা, পূক্কীং মুংঙাইনা লৈবা য়াবা মথলগী মুংঙাইবদা থন্দুনা লৈহনগদবনি।

খোমদাহৌবা (Martitis) — চাবোকপগা লোয়নবা খোম-দা নাব্বু খোমদাহৌবা হায়না থঙৈন। খোম হায়ুবসি

শেবোং মশাংগুম্না পোংশক্লি। খোম থকপদা লেমহৌবা অহু শুমদোকপিহৌদ্রগা, নত্রগা খোমজিংলিবা অঙাং অহুনা নাহুনা খোমহু থক্তগা খোমজিন ফুনখিবা, খোম্না য়াম্না নৈহনা লুমখং-লকপা, মাহুগা লোয়ননা চীকপা নাবা অহবু [খোমদাহৌবা কোই। [অসুম্বা মওংদা মম্মরী গ্লেন্দ অসি থবক হেন্না তৌবা (হৌবা) দগী খোম য়াম্না থোরকপদগী তৌবনি।] খোম য়াম্না নৈমন্নবদগী খোম লেঙদনা নৈবা (caped breast) or (stagnation mastitis) মওঙ অসি শেন্নকই। থূনমক ফখিদ্রবদি খোম অসি চীকই। নীংথিজনা লায়য়েংবিহৌদ্রগা নত্রগা খোমজিন্দা কায়বা অমদগী মহীক-মতাং চঙহনা পোমহনা নাই চারকপা য়াই। মশা ফবা নুপীদা অসিগুম্না নাবা চীকপসি থোক্কে। ঈদা ফঙ-হৌদি য়াম্না পোকপদগী অমম্বুং মাহুদগী এন্দোক্রাইন গ্লেন্দ শোকপদগী মম্মরী (খোমগী) গ্লেন্দ শোকহল্লি।

খূদম - নাবা, চীকপা, শোন্নবা অসি অনাবা মকমদা ফাওরকই। পোমখংপা, কনখংলকপা অসি থবাক্লা উই। মিহুন থুরকই, হকচাং শাগংলকপা, কোক চীকপা, নীংথম চনবা, মাংবা য়াদবা লাকই। নাই চারক্লবদি ভাভখংলকপা, অপোম্বা অহু মচীন্ ইনখংলকই, কায়রকই, নাপু অমম্বুং অশংবা মানবা নাই থোরকই। তপ্না-তপ্না ফবকই নত্রগা সাইনস নৈহৌহনা তপ্না ফরকপস্তু য়াওই। খোম নামতা ওইনা শোকই।

লায়য়েং—অনাবা অসিদদি মাঙজোননা নাদনবা হোৎনজুবনা হেন্না কৈ। মমাহু মহৌশাগী ওইবা চিঙ্গাক পীজগনি। শ্যুজেন

ন্নোম-খোংপা তৌহনগনি। খোম য়ায়া লৈরবদি খুবাক্তা খোমহু খমুগা খুবীগা খুদোনবীগনা মশামক্তা মথুং অহুমক্তা খোমহু দুমদোকচবা কৈ। অহুগা চীকপা যক্রবদি খরা তোয়না শুমং-দোক্কদবনি। অহুগা হক-হনাম্না চাংখোক্তুনা খোম অসি থাউ অমা শেংহনা চিংখংলগা হমংদবনি, খরাক খরাক যাক্কহনগদ্র। নাম্নন-চীকমন্দুনা লাইহৌ লাক্লবস্থ নত্রগা নাই চারবসু অডাং অহু নাদবা খোম অমা অহুদা পীংঙুনা অরাংপদি বোটলদ্দ শঙোম অমস্থং অতে শঙোমগী মহুংশিনবা চিঙাক অহেনবা পীজগনি। নত্রগা খোম অসি খাইহনগনি। খোমদা হোহুনা লারবদি খোম অনাবা অহু পীংঙুনা, নাদবা খোমহুদনা অডাং য়োক্কনি। খর খরদা নাবা ওইরবদি চাবা-হকপা খর খর হহুনবা লাক্কগনি। অহুগা এনেমা তৌথোক্কনি। চীকপা অহুনা লাইহৌ তৌরবদি চুরা হেনগনি। ঈশিংদ থকুনা হেল্লবদি চীকপদু ক্ষিগনি। চরা হেনবা তোক্লবদি শাংনা হৈনবা-হেন্দবগী য়েংদুবা হৈ, মনা-মশিং চাদনা লৈগনি। শঙোম থকপনা থাইদগী কৈ। মী অদুনা ফজনা নোয়রবদি হৈ, মনা-মশিং; মাখোন মহী অমস্থং চাক্ক খরা, চাগনি। চরা অনিগী মহুক্তা ঈশিং য়ায়া থক্কনি। শঙোম অশেংবা অমস্থং লৈবাকহরাইদগী বাদাম (nuts) ফাওবা চাবা য়াদে। অদুগা হেম্না চাক চাশীনবা য়াদে। খোঙং (মাংবা) নীংথিজনা হায়ক্রবদি এনেমা তৌগনি। অনাবা অদুগী মথক্তা অশারা খোয়না (কমপ্রেস) অনাবা অচীকপা অদু ফহল্লি। ঈচেমস্থ হেনগৎহন্দুনা ফহনবদা হুননবা তেংবাংই। অদুগা অশাবা খোয়া

নত্রগা হিগা নত্রগা কমপ্রেস তৌরবদি মিঃ ২০/৩০ য়োম শাম্লনবা লৈননবা মৈশা পীগনি নত্রগা হোং-হোংহনা থোম্বা, মৈবা চশগনি। মথংদা অঙৌবা কমপ্রেস মিঃ ২/৩ থোমগনি। য়বরগী স্পোঞ্জ অমা থোম অদু কূপ্পা য়ানবা পাক্না কক্লগা থোমদা কূপশীন্দূনা থমগনি। স্পোঞ্জ অদু ঈশিং অশোবদা ফুত্রোকনি বোরিক এসিদ অশাবদা লূপথোকনি। হৌগৎলকপদা উন থোম্বা কায়ে। উন অদু ওহাক-ওহাক্না থোমগদবনি। হৌগৎলকপদা তৌগদবনি। মতুংদা তৌবা য়াদে। থোম অদু থোমজিনলোমদা য়াংনা (gently) নম্বী-নোইবী, শানবীগনি। থোমদু হাইদনবা ফাজিনবা কৈ।

লায়হৌ লৈরবা অদুগা থোম অদু নাই চারবদি নিত্তিগী কোল্ড সিট পেক মুমিং ২/৩ দি পীগদবনি। অনাবা অদুনা শোম্লবদি থোঙ-খুং য়াওদনা হকচাং মখৈদা পেক তৌগনি। পেক অসি তৌত্রগা অনাবা মফমদা নোংমদা অশাবা ২রক থোমগনি। কোল্ড পেক তৌরবদি অমুক্তং অশাবদু থোম্বীয়ু। ঈশিংগী লায়য়েং অসি পুং ৩/৫ লাপনহনবীয়ু। য়াম্না কন্না নাররক্লবা মতমদদি পোত্থাবা দরকার য়াম্না ওই। হিংনবগী পাঙ্গল হেন-গৎনবা ক্লটিন অমা লৌখৎকদবনি। এবসেস হেক লাকপদা এবসেসকী মতাংদা পাম্বিবা পাউতাক য়েংবিয়ু। অদুগা লায়না অসি য়েংবদা অহৈ-অশিং কৌবিবা কৈ।

থোমগী ঘা— থোম অসি চুম্নগী ঘা নত্রগা কেন্সার অনিমক তৌই। কেন্সার নত্তবা চুম্নগী ঘাদি মশিং-মরাং পানবা,

ফেট, মরি-মরাং (cartilagiums) গ্রেন্দদা নাবা অসিনি। গ্রেন্দগী লায়না অসি ম:মদা কেন্সার নত্রগা সারকোমা ওইগনি। চিংনবগী পান্সল হেনগৎনবা রুটিন অমা চথরকপদা হৃজিনজখি। চরা খরা হেল্লগা শক্টোমদদা লৈবদা য়াম্না কান্নবা ফংগনি। চুম্নগী খরদং চেকশিন্না চৎপদা অদুমক ফবিত্রবদি খরা লুনা রুটিন অসি লৌবিয়ু। ঈশিংদা থক্লুনা মুমিং ৫/১৫ রোম চরা হেন্দোকপীয়ু। নোরমল্রবদি শক্টোম অদু হেন্না থকপা য়াদে। কে: জি: ২/৩ দগী হেনবীগনু। চাউবা হেক হেনগৎলকপদা পু: ১ তাবদা শক্টোম তোকথোক্লগা মনা-মশিং চাক্সা মুংদাংরাই চাবা য়াই। মুংশা নুশিত্তা লৈবা, মাংবা য়াহনবা, খর কল্লগা রাকিং খরা চৎপা অসি য়ারিমথৈ কাইর।

ব্রোংকাইটিস— ব্রোংকাইটিশ নহুগা ব্রোংকাইল কেটারা ব্রোংকাইল টুাবকী অমস্সুং মশাগী মনুংথংবা হাউগী কুরাংবান অদুদা নাবনি। একুাৎ ওইনা অমস্সুং ক্রোনিক ওইনা নাই। নাকন অমতা নাবা য়াওই, অনিমক নাবা য়াওই। অচৌবা টুাব অদুদা নাবা য়াওই। মশা মচাশিং অদুদা নাবা য়াওই। নত্রগা মশা-মরেংগা লোয়ননা মনা পুম্নমক পূমশোক শোকপা য়াওই। লোকখুংবদা থওইহৈদবদগী হৌবনি। ফত্তবা গ্যাস অমস্সুং উফুল শ্বোর হোজিনবদগী থোকই। য়াম্না শানা লৈরম্বদগী খংঈং ঈংনা লৈথরগা ব্রোংকাইটিশ তৌই। হোরাই খাম্নবা, উ শুবা মিলদা থবক শুবা, ফৌ রাইকুপ খপ্পা, হবাই তকপা অসিগুম্বা উফুল-রাইফুল চেনবা থবক শূরগা নাতোন্দা

উফুল-য়াইকূস হোজিনবদগী লায়না অসি পোকহল্লি। হিদাক-মনাগী মৈথু, চুরূপ হিদাকী মৈথুনস্তু থুনা লায়না অসি পোকহল্লি। ইমুংদা য়াম্না শানা লৈরবা, থোঙহাম্বা য়াদবা, চাকয়াম চাশিনবা চিনি অমস্তুং চনাং য়াওবা পোং হেন্না চাবা অসিনা মরুওইনা ব্রোংকাইটিস তেৌহল্লি। একুাট ব্রোংকাইটস — হকচাং পুম্নমক অসিগী মনুংদা লৈবা ঈ পুম্নমক অসি পুমশেং শেংদবদগী ফত্ত-হৌদিনা ফুন্দুনা লৈবা অহু হকচাংগী মনুংদা লৈবা হাউ থোকফম অহুগী কুয়োম অহুনা অতোপ্পা ইন্দ্রিশিংনা ফত্ত-হৌদি লৌথোকপদা মতেং পাংবদনি। অহুম্না ব্রোংকাইটিশ তৌবনি।

খুদম - থুনমক লায়হৌ হৌরগা নীংথম চনবনি। লায়হৌ ইয়াও য়াওদবা মতমস্তু লাকই। লোক্তি খুদবা লৈতে। খৌনাউ অসি মরেং-মরেং চত্নুনা লৈ; মাহুনা লোক খুহল্লি। মথক থংবা থবাক্কী শরূ অসিগী মনুংদা অশোক-অপনবা, অমা লৈবগুম ফাওই মুমিং ২/৩ দি লোক অসি খুদূনতা লৈ, লোক্তি থোক্তে অমস্তুং কংথু ওইনা লৈ। লোক্তু থোরকউ য়াদবা মখলগী লোক নপ্তুনা লৈ। খুদোকপদা য়াম্না য়ানা থোকই। শ্বোর হোনবদা পি-বা পি-বা লাউই। লোকথুবনা কোক্না ঈ হাইগত্নুনা কোক চীকই, ওন্নীংই, ওয় অমস্তুং কোক ঙাওই।

মতম খর লৈরগা লোকথুবা ফরকই। লোক্তু পেথরকই, নপ্লংক্ত, কোয়কই। লোক হেক খুবনা অশংবা মখলগী লোক হেক হেক তারকই। অঙাং অমস্তুং অহন্দা থবোম্বী মশামক্তদা য়োদুনা ব্রোংকোনিমোনিয়া তৌগল্লি। চয়োলমুক্কী মনুংদা অদুম ফজখিবনা

নমই। করিগুম্বা শাথিবা মতুংদা লাকপদি চযোল অনিরোমদা মুংঙাইতবা খূদম লোইনা চংথি। অদুগা মশা হনগৎপদি থা ১/২ চন্তবস্থু য়াওই।

ক্রোনিক ব্রোংকাইটিশ— একুাৎ ওইনা লাকপদা থওই-হৌদবদগী ক্রোনিক ওইনা লাকপনি। ইম্ফাল্ত্রি কম্না তৌবা সহরদা ফম্ভ-হৌদি শ্বোর হোজ্ঞিনবা মফমদা লাথনা অসি তৌই।

খূদম— লোকখূবা, লোকশীংপা, অযুক, মুংদাংব্রাই অমস্থুং মুংদাংদা লোকথূবদা য়াম্না শাথি। করিগুম্বা কালদা ওয়। কনাগুম্বনা লোকখূবদা লোক তাদে। কনাগুম্বনা লোক য়াম্না থোকই। অদুগা কনাগুম্বনা ঈশিংগুম্বা অপাবা কয়া লোকুম্না পূথংলকই। মুংশা শাবা, হুমাং শোবা মতমদা ফগংলি, নীংথমথাদা হেজ্ঞিল্লি অমস্থুং হৌগল্লি।

লায়যেং— থোয়শাংননা নাবা লায়নাগা একুাংকী লায়নাগা লায়য়েং মান্নরোই। থুনমক, চয়া লাযয়েং লৌথংলবদি থুনমক ফর্জথি—মথা তাদে। ক্রোমিক্লা থাদা চোম্থহৌই। ফম্ভ-হৌদি মরক্লা লৈবদগী থোকপনা অশেংবা মফমদা লৈবা অশেংবা লুংশিং পুং ২৪ কংমবা মিঙ্ছংথোংনচিংবা হাংদোক্লুনা থম্নবা লাক্লগনি। মতুংদা ঈশিংদা থক্লুনা চয়া হেক্লোকনি। খূদম পুম্নমক মাওগ্রি-কাওবা চয়া হেনবা তোকপা য়াদে। লায়হৌ ফাখিবা মতুং পুং ৪৪ চোম্থবীগদবনি। মতুংদা এনেমা অনিরক লুম্বু-লুম্বু শাবা ঈশিংমা তোগনি। ব্রোংকীয়েল টুাব অদু নাবমা শ্বোর হোনবদা খুদোং থী। অদনা মুংশিতুদি শেংহনবা ফৈ। থবোঙ্খীদা

হোন্দোক্লিবা শ্বোর অসিনা কঙ-হৌদি পুথোকপ্রিবসি চাং য়াম্প্রবনি। ঈশিং য়াম্না থকপা অহূনা কিডনিদা ঈশিং ওইনা অমাংবা ওইনা চংখিবনস্থু কঙ-হৌদি শৈংদোকপদা মতেং পাংই অহানবা মুমিংমক্তদা 'ওয়েট সীট পেক' ফি অচোংপনা য়োম-শিনবা উনসাগী থবক হেনগৎহন্দূনা উনসারোমদস্থু কঙ-হৌদি শেংদোকই। মতুংগী মুমিত্তদি চনীংগা, থবাক্তদদা ঈশিং থোংশীয়ু। মতুংদা থবাক্তদা থোম্বা দরকার ওই। অনাবগী খুদম্ মাঙ-শিন্নকপগা নোয়নবা পেক অহূ তোক্লনি। লোক য়াম্না খুরবদি পেক নৎনা অশাবনা কমপ্রেস মিঃ ১৫/২০ পীগনি। পুং ১/৩দি কমপ্রেসকা, পেক্কা লাপ্নহনবীয়ু। অশাবা কমপ্রেস অসি অঙংবা কমপ্রেসনা মিনিট অমতং ইনগনি। য়াম্না খংঈং ঈংখিবদগী থোকপা বোংকাইটিশ, অশাবা কমপ্রেসনা অঈংবা পেক্তগী হেন্না কান্নবা পী। কমুংদা পোথাহনা লৈবনা খাইদগী য়ুনা মুংঙাইতবা খুদম্ পুম্নমক মাঙখিনবগী অখুবা উপাইনি।

মুংঙাইতবা খুদম্ পুম্নমক অসি মাঙপ্রবা মতুংদা হকচাং শাক্তেনগী ওইবা ডক, লেংজুম্ থোঙ-খুৎ থেকপা শাক্তেনশিং খরা তৌবিবা কৈ। অয়ুক্তদা তৌবিয়ু। অহানবা নোংমা নিনিদি 'ওয়েট সিট পেক' মুংদাংবাই খুদিংগী তৌবিবা কৈ। মী মশা মশাগী য়েংহনা মতম শাংবা তেনবা লেপ্পীয়ু। অহূবু নীংথিজনা লায়রেংবীরবদি মুমিং ৪/৫ নিদগী হেন্না চরা হেনবা দরকার ওইদে। চরা হেনবা মতুংদা হৈ মনা মশিংদা চাহনা লৈথোকপীয়ু। মতুংদা হান্নগী চরাহূদা চারকপা য়াই।

ক্রোনিক্ ব্রোংকাইটিশতি হকচাং পুম্নমক শোকপগী থুদম্নি। ঐ অসিদা কন্ঠ-হৌদিনা শিনখিৎনা থাক্টদগী শোনবা ম্যুকস্ মেম-ব্রেনশিংদা কন্ঠ-হৌদিদু থোরক্লবা হোৎনবদা ব্রোংকিয়েল টুবকী ম্যুকস্ মেমব্রেনলোমদা কন্ঠ-হৌদিদু থোরকপনি। ঐ শেংদোক্লবা লাক্লবনা ব্রোংকাইটিশ ফনবগী মক্লওইবা থবক্নি। চরা সুমিং ২/৩ দগী ১০ নি ফাওব হেন্দোকপা কৈ। হৈ মহী থকপা অমসুং হৈংগা মনা-মশিংগা চাবা অসিনা চরা হেনবগী মতুংদা চথবিয়ু।

হাণ্ড থোকপা লায়নাদা শঙ্গোম্ পক্লদবগুম ব্রোংকাইটিশতসু শঙ্গোম পব্লদে। অহ্নবা তরমুজ এপল, নাসপতি, কমলা অমসুং কবাব্ পীজবা কৈ। কোল্ড পেক তৌহনা অমদি অইংবদা ঈংথনা ঈক্লজহনা হকচাং ঐ হনবা য়াদে। ঈশিং অশাবা কেটলী অমদা টুব্ অমা শম্জিনগা কৈজুপ্ লুম্না শুপ্নগা যিনা চৌকিগুবা অমদগী তুংলোমদগী মায় অসি থুম্জিন্নগা মনিল্ নাতোনলোমদা হোজিন্নবা শেমগনি। মৈফু অমদা কেটলী অহু থাঙ্গত্নবা থমগনি। ঈশিং অশাবা য়ায়া থকপা অসিনা খোয় হোনবসু সুংঙাইহনি। নঙ্গন্দা, থবাক্তা নোইবা-নম্বা য়াঙ নম্বা, মঙ্গন, পাম্বোম্ মরু থাদৎপা মেসেজ কামৈ। হকচাং অসি ফগৎহন্দুনা হিংনবগী পাঙল হেনগৎনবগী থবক কয়া লৌথৎকনি। বাকিং চৎপা (থর থর হেনগত্নবা) খোয় শামবা অসি কামৈ। অহুগ্না সুংশা য়াইবা অসি থাদোকপা য়াদে। ঐ শেংহনবগা থরায়গী পাঙল হেনগৎনবগা চপ্ মান্না চথগনি। লোক য়ায়া শিংলেবদি য়ায়া কংবা, শাবা মরম অমদা লৈবা দরকার ওই।

অহুগা শোক অসি য়ায়া শিক্রবদি শাদি শাবা অহুগা অচোৎপা (moist) হবা-পানিদা লৈবা কৈ। খরস্থ শোক শিংপা খরস্থু শোকথুবা মীওইদি সমুদ্র মপান্দা লৈবনা থ্বাইদগী কৈ। চীং অমস্তুং ভবদা লৈবস্থ য়াই। অচোৎপা অমস্তুং অঙৈংবা। cold & damp) হবা-পানি হোংবা কত্তে। অহুগা মকম হোংবা হায়বসি (change) লায়না অসিদা মপা লৈগনা কৈ।

৫ বাগী ব্যুবো— কময়া অসি গুব্বী লোন্দা ব্যুবো কৌই। বাহৈ অসিদগী লোহুনা কময়াদা লৈবা গ্রেন্দ পোমখৎপা লায়নাবু ব্যুবো কৌই। য়ায়া নাবা লূমখৎলকপা লায়নানি। লিক্ষগী ঈচেন্দা কত্ত-হৌদি হাইজিনখিবদগী গ্রেন্দ চঙখিহনা গ্রেন্দ নাবা অমস্তুং পোমখৎপনি। ডেনবের দিস্তিজ্ হ য়বদি কিন্তুংগী লায়নাগা শ্রোয়নবা অনাবনি। গ্রেন্দ অসিদদা নাবা নওনা লিমফোর্টক গ্রেন্দ অভৈদস্থু নাই। ভকশমদস্থু সেএাক (axila) খুনীংন-চিংবদা নাই অমস্তুং পোমখংখি। টি বি, বিউবোনিক প্লেগ লায়নাদগী হাইজিনবা লায়না কয়ানা গ্রেন্দ পোমখৎহল্লি। অখেংবদি গোনোরিয়া, সেফিলিস্, চেংক্রোইড, (সিফিলিস্ নত্তনা দগী লাকই।

থুদম-- সিফিলিস্তগী লাকপা ওইরবদি অহানবদা অকনবা মতুম ওইনা লাক্লগা চয়োল ২/৩ গী মতুংদা য়ায়া চাউখৎলকই, নাক্লকই। কায়বদি খকু কায়দে। অতুগা (চেংক্রোইড) চেকথায়বদগী ল্যাকপা ওইরবদি নীংখিজনা লায়রেংহৌজবদি মচীন নাইরকই অমস্তুং পোকথায়। পোমখৎলিবহু চেংক্রোইড ওইনা লাক্লবদি

সুমিৎ ২/৩ নিদা হেক্তা অনাবদু উৎলকই। গোনোরীয়াদগী লাক্লবদি গোনোরীয়াগী লায হেক তাবা মতুং চয়োলগী ১/২ গী মতুংদা ল্যাকই। চাউবসু খেন্নে— হৈনিংমুক চাউবা য়াওই; চোকেফ্রে মুক্তা চাউবসু য়াওই। অকনবা অওংনা পোমখংলি, কয়বাদা নাই, পায়বদা, নম্বদা নাই; ভাওশং ভাউই,.অশাবা কাওই অদুগা বাবনা চংপা লেংবা য়াদে। কম্প্রিগুদা মতমদা শাখিবা মওংদা লাকই য়ায়্না নাই পোকখাইত্রিবা কাওবা খাঙবা য়ানা নাই; চৌকই। মুপ্রবা মতমদা নাবা ফরকই, পেংখরকই অমসুং পোকখায়রকই নায় খোরকই।

লায়যে'— অনাবা অসি কদাচিত্তা মতোমতা লাকইগা কীন্নুং লায়নাগা লোয়ননি। টাকী অমসুং নাই তাবগুম্বা লায়না লোয়নরীবা অদুগা, লোয়ননা নায়রেংগনি। অঙাংবা ঈশিংদা লুপ্পগা শুমদোক্লগা মকম অদুদা খোঙা চায়বসি অমিং চুম্না খোম্বগা লোয়ননা চথগনি। মেগ্‌ সলফ্‌ চাইবা ঈশিং অচোংপা খোমহনা থম্বসু কানে।

থাইগী মরুদি ঈ পেংদোক্লবা ক্লটিন অমা লৌখৎকদবনি।

(চরা হেনবা নং ২— ঈশিংদা থক্লুমা চরা হেনবা তাবনি। চয়োল অমদগী চয়োল অনি অবস্থা— কনবা, শোনবা, নোয়বা অমসুং কংবা মতুংইন্না চথগনি।)

অকক্লবা চীঙাক্তা মতম খরা লৈরুগা মখৈদা শক্তোম্‌ ভাক্তা থুক্লুনা লৈগনি নক্লগা শক্তোম অমসুং হৈদা চাঠুনা; মতম খরা লৈরুগা পুমফ ক্লহনগনি।

কেন্সার— কেন্সার হায়বা লায়না অসি শ্বাইদগী মীনা কিনবা লাননাগী মওংদা চংলে। ককথংলনা কায়দবা, অশোবা নাইবা, (Non healing wound with) চাথংপা অমসুং অপোম্বা মথক শক্নেন্নগ্নিম্‌ফ্লা। থরনা মওংদা থরনা মপান্দা ওইনা লৈ। কেন্সারগী কারসিনোমা (Carcinoma), এপিথিলিয়োমা (Epithelioma) নাইকোমা, এনকোক্রোমাগুম্বা লায়নাদগী লোইনবা ওন্নি। মখোয় অদিসু তপ্না হায়বদনি। কেন্সারগুম্বা অনোবা চোংবা শাগৎলকপা, অশোবা নাইবা লায়নানি অমসুং শিগনি। মপান্দা নাবা কেন্সারদি উনশাগী কেন্সার এপিথিলিওমা কৌই। মওংদা লৈবা কেন্সারদি মথক য়ামই। সীরাউক্ক নরগা অকনবা কেন্সার. এংসেপকেলোইড্‌ নরগা অপেংপা, অবোংপা সেহ্নারা কেন্সার কোলোইড্‌ কেন্সার অমুম্বা লৈ।

এপিথেলিওমা অসি মপানগী কেন্সার ওইনা তৌই। স্তম চাশিল্লকপা মওংগী অশোকপ্না। মতুংলোমদা স্তম চাশিনবিওনা তোংশা অহু মাঙখি। নরগা কোবি থমচেংকুম্বা তোংশা হেগৎ-লকপনি। অশানবগী অসিনা মায় অমসুং মীত্রা তৌই। অনিশুবা অসিনা চিপ্পাল, লৈ, শিনুংদা তৌগনি। অহুমশুবা অসিনা ব্রাদার, চাকখাউ শৌক্ক অমসুং গর্ভাসয়-ইউটেরস অঙাংখাউদা তৌগনি।

মদুংগী কেন্সারদা স্কিরাউক্ক হায়বসি মুশিগী খোমদা তৌগনি। সিরেসি কেন্সার অসি খোমগী মশাং-মরাং অডগা কেন্সারগী অনৌবা শৌগৎলকপা অকুপা তিম্রহুনা কনগ্রব উচেংকুম্বা অকনবা অমা ওইনা লৈবা থেংলৈ।

ওনসেপ কেলোইড্ কেন্সার অসি য়াম্না থুনা শোগংলকপা খাইদগী হেন্না শাথিনা চাউখৎপা নাইবা কেন্সারনি মাসাদ য়াম্না থোংপা. পোকখাহুরনা ঈ তোকপা কেন্সারনি।

কেলোইড্ কেন্সারনা অকন্ববা 'গেনাশন' ওইবা পোংশক খাওবা মচুম (nodular) য়াওবা অকন্ববা অপুনবা অমনি। কেন্সার অসি চাউখৎপদা ঘাল্লি।

হৌফম— হকচাং অসিগী শোন্দরনা থনহুবা, নাক্রিবা মফম অদু ইতত্তুনা হৈনদবা মওংদা লৈংনবা (Irritation) ঈ পুনহনবা অমস্তুং তো শ জ্বাং অমা থোইদোকপা মওংদা শেম্-লকপনি। অদুনা ঙাকপবু চুকত হকপনা লৈ অমস্তুং চাংলদা কেন্সার তৌহল্লি। চুরুৎনা চিন্নাল অসি হৈনদবা মওং অমদা শমহুনত লৈ। পৃক চাকখাউ চাৎপা ফগ্রা ক্কার-ইমক্রি লৈতেবা অদুনা চাকখাউগী কেন্সার পুরকই। ইডটরস অদু হৈনহন্দবা মওংদা মরম কয়দগী থন্বনা য়েক্পা-নাবা, থিনবা অসিগুম্না সুংডাইতবা কবা কুইনা লৈবনা কেন্সার পুরকই। অদুগা হৈনদনা সুংডাইতবা পীবা অদুতনদ ঈবু শেংনা লৈরবদি কেন্সার তৌহন্দে।

থুদম— কেন্সার অসি মওং কয়া থোক্না নাবনি। থুদমস্তু হেঙ্গিল্লকপগা লোয়ননা মওং কয়া হোংই। চুম্নগী ঘানা কেন্সার ওনখি। কেন্সারগী থুদম অসি ঔস্মুম্না খরা খেন্নরবস্তু লৈগনি। অহানবদা ঘা নল্লগা অপোম্বা ওইনা উবকনি। অনিশুবদা ঘা অদুগা মকুবা তোংশা কযাদা মথং মথং শোকহল্লকই। অহুমশুবদা খাওবা ঙমদনা চীকপা নাবা লোয়নরকই। মসি অরোইবা মতমদা

লাকপনি। মরিশুবদা অপোম্বা অঙগী মনাক্তা অমম্মু পোম-পোরকপ নঙগা অরাম্বা ফকচাংগী জাগা অমদা পোমখংলকপা থোকই। মতাংশুরকপদা অয়াম্বা লায়নাদা অপোম্বা অঙগী ময়াই-গী কুদা পোকথায়রগা নঙগা পাংথোরক্লগা নাইগুম্বা মনম নমথিক্রবা, মশক থীগ্রবা অরাংবা মঙৌ ঙাং অমা থোরকই। তরুকশুবদা মী অঙ মম্বাং কংশিল্লকই, সুম শোক্লিল্লকই। তরেংশুবদা উনশাগী মচু অশি ওল্লকই। ওঙৌ মথাগুম্বা তুখোং লৈরক্লে (p g -kin) উগুম্বা অরংবা য়াওবনা মপুং-মপান কাওনা উবা ফংদবা (Opa-city) মতমদা উনশা অশি ওঙকই। অকনবা মওংগী কেন্সারনা চহী ২৫ গী মতমদা তৌগনি। অহুনা অথোংপা চাথংপা মথলগী কেন্সারনা চহী ৮০ গী মথক্তা তৌগনি। চাকথাউ, থবাক, লৈ, উনশা অমম্তুং অঙাং পোকফমদা তৌগনি। চাকথাউগী কেন্সার চাকথাউগী জাগা অমদা হেক্তা কেন্সার তৌবা উরগস্থু পাইলোরস্ চাকথাউগী অরোইবা থুঙিল্লকপা মফম অসিদা কেন্সার তৌগনি। চাম্মদা ৮০ দি মফম অসিদা তৌগনি। মুপাদি পুক্তনা হেন্না তৌগনি।

পুক্তা করম্না কেন্সার হৌখি— অনাবা অসিনা থা থরা পুক য়াম্না মুংঙাইতবা, তুমদবা মথল কয়া থোক্তা নাক্তরগা মমৈদা তৌরকপনি। সুম-সুম চাক লাংক্তবা, পুক সুম নাবকপা, চাক হেক চাশিনবগা ওনৌবা, মমৈদা ওবা, মমৈদা ঈশিং মহী-মনাই ফাওবা ওরকই। চাক চাশিনবগা নাবা অস্থুম অস্থুম হেন্সংলকই মসি অহানবগী থুদম্নি, পুক্তা নায়মই নক্তগা লেংদুনা অনিগী

মরক্তা নায়মই। অহৈবা নাইদে, স্রম নাহুনদা লৈ। মমৈদা ঈ য়ায়া খোরক্লনা ওবঃ অমস্তুং মাংবনা য়াওহনা অমাংবা অহ্ লকাংদৌনা মূবা য়াওরকই। অমাংবা অহ্ চামখোক্লনা য়েংবদা ঈ হাওই হংবরহ্ উগনি। পূৰা য়েংবদা মতুম তমা মিদন কয়া চন্দুন। লৈবা খেংনগনি। কোয় পেলহনবা ভঙক্লনা মমৈদা য়াং কংখরকই অমস্তুং শেংহ্নরকই। উনশা অসি পাশিহ্নকই। ইরং মংনা মপুং উবহ লৈরক্লে। চনাংঃ অমস্তুং মায়, খোঙ পুং পোয়রকই।

লৈগী কেন্সার— লৈগী নাকল অমদা কুশিগুয়া স্রম কবা নাইদনা শাঙ্রি-শাঙ্রি নাহনা লৈ, কবা লৈতে। মতুংদা চাদ থংরকই; ময়াইমক্তদা পোকথায়রকপগুম খোমগা তৌবগুম অশোকপা মকম উরকই (Ulcer)। শোকইবা মকম অসি কুং-শিন্দনা মখূন অমগুম্বা শেমই। শোকইবা মকম অতুগী মনাক্তা লৈরিবা হেক্সশিংহ চাশিখোরকই অহুপা নারকই, শোক্লকই হকচাং ময়াই শারকই।

থবাক্তী কেন্সার— খোমগী কেন্সায় য়াম্না কনবা মতুম কয়া খোম অতুগী উনশা ইকা-কাক্সিয়া, চোঙ্খনা অমস্তুং কাক্তোগা লৈ। মতুমশিং অহনা উনশাগী মনুংদংবা শকক্তা নগুনা লৈ। অকুপা অচনা খোমগী থাউ অহ্ চিংখৈ অহুনা তুখোং অহ্ শেংনা উরকই। ওক্তী মথা মউনগুম্বা উরকই। উনশা অহ্ য়ায়া থীনা ভাঙই, অতুদগী ভোঁখোরকই। মচ্ ওম্রিবা অসিগী মনুংদা ময়ায়মক্তদা অমূপা দাগ অমা উরকই। অমূবা অহ্ কায়রকই। অস্রম অকায়বা মকম অহ্ পাকখোরকই। য়াম্না

নমথিবা মহৌ তাদ্রকই। নাবা-চাকপনা থাঙনা থিন্নবগা মান্না নাই। কুইনা নাংবস্থ তাদবস্থ লৈ। অহানবদা চপ্কপা মতুম অমা লৈরমই। মরী লৈনবা শেংবাক্কী মতুম য়েন্দস্থ পোংখংবা লৈবা উই। মতু নাকল অমত্তুগী থোম অমসুং শেংবাক্তুনি। মী অতু মসিদগীদি শোন্দুরকই অমসুং হকচাং মরাই তাদ্রকই।

ইউট্রিসকী কেন্সার— চহি ৪০ গী মথাংদা অহাংবা মীওইদা থোক্রু। থাগী খোঙচৎ খমগ্রবা মতুংদা থোক্গনি। চহি ৪৮/৫০ গী মতুংদা অমুক হন্না থাগী খোঙচৎ লাক্লবদি কন্সার ওইগনি। থাগী খোঙচৎ অনৌগী মরক্তা ঈ নত্রগস্থ মহীগুম্না লোরক্লবস্থ চিংনবি ঙাইনি। মসিনা নাবা, শেগাইবগুম, থাঙনা য়ানবগুম নাবা-চৌকপা, চিংথবগুম ওইনা নাবা, নমথিগ্রবা য়াম্না হৈনদবা, ঈ ওই, নাই ওই, খাগী থোঙদা চৎপা অসি খুদম্নি। শোন্দ্রকপা, হকচাং মরাই তাদ্রবপা অসিসু থোক্রকই। মচা য়াম্না পোকপা নুপীনা থিং হেন্না কেন্সার থোক্গনি। গর্ভ লৈরুবা মতমদা, থোকইনা নাওপুবা অতুনা মতম কুইনা নুংঙাইতনা লৈবা অদুনা থোকবনি লৌনৈ। চহি ১৫দগী ৫৮ গী মতুংদা মতুম পানবা নুপী কেন্সার থোকগনি। কাডিক কেন্সার অসি নহা ওইনা য়ুম পানবগী লায়নানি।

লাইয়েং— কেন্সারনা নাবা মীওইগী ঈ অসি ফত্ত-হৌদিনা থনগ্রদুনা ফত্ত-হৌদি পুম্নমক অসি হকচাং পুম্নদা চংথোক-চংশিন তৌদুনা লৈগ্রবনি। অদুগা হকচাংগী থোং পুম্নমকসি ইংশোক শোকগ্রবনি লৌনৈ। অদুনা অহানবা হেক নারকপা কেন্সার অদু লোথোকপনা ফবা ওমদে। অতৈ মফম কয়াদা শোন্দনি। তশেংবা

লায়নাদি ঈদা নৈরিবা হু অহুনি। ঈদা নৈরিবা হু অহু শেংদোক্-বদবা কেন্সার থোংরিবা কেন্সারগী হু অহু হকচাংদগী থাংদোক চিমথ ফবা ঙম্লাই। হেক হেক মফম অমদা নম্রগা অমদা শোরক্নি। খোমবা, চাকথাউদা অমসুং ইউটরসদুগা নুরবসু কেন্সারগী লায়য়েংদা হকচাং পৃস্নী ওইনা য়েংবা লায়য়েংগা থোইনা খেন্নিংঙাই নৈতে। স্তুরগী মাথি-নাথিবা মফম অহুদা ঈচেল চেঙংনবা ঈশিং অঈংবা অশাবা থোম্নগী শবক্তা মথেট্টি। পৃক্তী কেন্সারবদা চনাদা কি অঈংবা নম্রগা হুশব থোম্মনা মুংঙাইতবা পুম্নমক ফহৃথি। কি অহু নোংচাল্লগা কংলগা লৌথোকদবনি। য়াম্না শোনবা ওইরগা অঈংবনা থোম্মনা শাগংলক্নবদি অশাবনা থোম্মনা কৈ। অঈংবনা থোম্মদা মিনিট খরগী মনুংদা শাগংলবদি — মুংঙাইরবদি অঈংবা অহুনা হেন্না কৈ। মপান্দা পোম্বা মথলগী কেন্সারবদি মফম অহুদা হুমাং ঙাম্নবগুম মনিল য়েংহনবা য়াম্না কাই। অশোকপা তিস্যু হায়রবদি তোং অহুদগী ফত্ত-হৌদি লৌথোকপা অমসুং তিস্যু মশামক কোমথোকহনবা ঙম্মী নাথিবা অহু লৈথোম্মা কোয়না থাগৎলগা ঈশিং অশাবা নম্রগা মনিল কন্না য়েংনবা, য়াম্না শাহুনা থংবা ঙমদ্রবসু অমুক অনৌবা অশেংবা তোং মনুংদা শাগংহনবা ঙম্মবগী পাঙ্গল অমসুং অবস্থা মহুনা পী।

খোমগী কেন্সারনা মুংঙাইতবা পীবহু অচোংপা কি থোম্মনা মুংঙাইতবহু পোথাবা পী। অঈংবা অশাবা হায়বসি করম্বা ভোগদগে হায়রবদি শাগংলকপা ঙম্মগা অঈংবা শাগংপা ঙমদ্রগা

অশাবা থোমগনি। চীকপনা খ'ঙবা ওমধ্রবস্তু ঈশিং থোম্বনা ফংহল্লি। অদুগা ইউটেরসকী কেশ্যারনা চীক্রবদি হিপ, নাঁঙত্থদা কোইনা ঈশিং অঈংবা থোম্লগা চৈ। ঈশিং অশাবদা ফম্বম্ব কৈ। য়াম্না চীক্রবদি হেক্লা ফম্মীরগা খুদক্তা মু'ঙাইগনি। নোংমগী ওইনা ঈশিং অশাবা অমম্বুং অঈংবদা ওয়-ওয চনীং তিংবা মিঃ ২/৩ ঈশিং অশাবদা অঈংবদদি হেক্লা ফম্লগ' কাখনুনা অশাবদা ফম্বা অসিনা মকম অদুদা ঈচেল হেনগংহনবা অদুগা মহৌশাগী ওইবা তৌনিকনি। য়াম্না ঈংবদি থাদোকপীয়ু।

মসিগা লোয়ননা ঈ শেংদোক্লবা উপাই খরম্বু লৌখংপা তাই। চরা হেনবসি চুম্লগী ঈশিং থক্লুনা নক্সগা হৈ মহী থক্লুনা হেনগনি। নোয়বা, য়াঙ কংবা মতুংইন্না সুমিং ৫ নিদগী ২০ নি ফাওবা হেনদ' য়াই। চরা হেনবত্থ শাংবা শাংদবগী মতুংইন্না, চরা হেনবা মতুংদা হৈ, মনা-মশিং চাহনা লৈগনি। চরা অসি তোয়না তোয়না হেনগদবনি। য়াম্না য়াঙ কংলগা শঙ্গোমদদা থমহনা মশা' অদু নোয়খংপা উগ্রিবা ফাওবা থমগনি। হকচাং অহ্ সুম লুমখংলকপন্থ হেক লেপ্লগা পুং ১ তাবা ফাওবা শঙ্গোম থক্লগা পুং ৬/৭ তাবদা হৈ, কমলা, কিহোম, নাসপাতি, এপলনা শক্লক অনি, অঙুম্বা হৈ, লকোই, কিসমিস, শিংজুগুম্বনা শক্লক অমা য়ান্দুনা শঙ্গোমগা চাবা য়াই।

মতুংদা শঙ্গোম অফম্বা হৈনরগা সমীক শঙ্গোম অফম্বগী রুটিনদা লৈবিয়ু। হৈনত্রগা হৈ, মনা-মশিংদা মতম খরা লৈরগা হায়নী চীঞাক্তা হজিনবীয়ু। মশা কল্লগা মনা-মশিংদদা লৈরগা ঈ শেংবা হেন্নি।

চাকখাউগী কেন্সারদদি চরা হেনববুদি এনশংগী নোইখাইবা মহৌ নংগা চবোল— বার্লিংস্থা বপ ৫/৬ পৌথকপনা চরা পুমহেন হেনবদগী ফবা হেল্লি।

হকচাং শাজেল থরা তৌবা তমগনি। ব কিং মতম নাইনা থরা থরা হুনগংনা শাংলপ চংপা তমগনি। চরা হেনবং, হকচাং শাজেল তৌবা হৈমাং চাম্বোকপা অহুম অসিতনা কেশার ফংনবা ঙমই।

হকচাং ফগংনবা হিংনবগী পাঙ্গল হেনগংনবা কুনি অমা লৌখংকনি। শাজেলগা পোণ্ডবগা পোশাবনা হেন্না তৌনা পাঙ্গল য়োকনি। চরাস্ম হেনবা য়াদ্রবা, শঙ্গোমস্ম চাবা য়াদ্রবা অহু ওইরবদি তোয়না তোয়না নোংমা-নিনি হেক-হেক চংা হেনবা কৈ। অহুগা শা-ডাদি স্ককচা চারোইদবনি। শৃঙ্গা হৈ, মনা-মশিংদা শৌজিন্নগনি। চাক হৈাই- নাতি শৌজিন্নবা য়াই। অদুগা অহিংবা হিংনা চাবা য়াবা পোং শৌজিন্নগনি। কমলা, নবাব, ছোলোম, খামেন অশিনবা চাগনি। থুম চাগয়। ঈশিং য়াম্না থকপৌযু।

চীন নাবা (Sore Mouth or Carker)— লৈ, থজাইগী মমুংথংবা উনশাদা চিনবান্দা নাবা পোকথোকপগুম্না (scics) নাবা। বা ডাঙবা, লৈ পংপা ফাওবদা নাবা ফাওই। পুক্লা মুংশিং গ্যাস লৈবদগী নহুগা অশীনবা য়াম্না লৈবদগী থোকপনি। চীজাক অসি শেয়াম্না চাহুনা ল ঈহৌ তৌবগী পোকথোকপা (fever blister) অহু তৌহন্দনবা লাক্লগনি। মুমিৎ

২/৩/৪ গী মনুংদা অহূম মাঙজখি। ঈশিং লূমু লুমু শাবদা থুম য়ামগা তেংবা নত্রগা 'ইপ্‌সোম্‌ সোল্ট' খেরোই মচা অমা ঈশিং পৌবা অমিনা হাপ্নগা গ্লেসরীন খাউস অমা হাপ্নগা নীকুনা য়াম্নহল্লগা নোংমদা ৬/৭ লক (gargle) তৌ বীয়ু। মরাইনা কজখিগনি। খোঙলাম্বা য়াববা হোৎনবীয়ু। "অশীনবা কাদনবা চাকয়াম চাবা থাদোকপীয়ু।

খোই মহূম (Carbuncles)— উনশা অমস্তুং উনশাগী মশাদা লৈবা তোংহ্ কোয়না শোক্লা নাবা অপোম্বনি। মাই চাহুনা, মাই অসি মখূল মশীং য়াম্না খোকপনি। মমৈদা তোং পূম্নমক অহ্ পখ-পূমথবনা লৈখোম্না থম্না লৈবা কোমঙম মকম অহ্ হনখী। নীংথিজনা য়েংবিম্নবদি শয়োন চীংখংপা মাই, দাগ চাউনা লৈহৌই। য়াইরোংগী জাত্তি ওইরগা চাউনা কনবা অহ্গা মখূল য়াম্বন হকচাং পূম্নমক্তী ওইনা শেংদোক্লবা ওইবা হায়বা অচুম্বং খেম্নবনি। খোইমহূম অসি ভুগী গ্লেন্দ (Hair follicle) দা মহিকমতাং চঙবা (infection) নি হায়না লৌনৈ। অহ্ন্ হকচাংদা পীরকপা থূদমদা য়েংবদদি মকম অমতদা নাবগী বাদি ওইদে। খোইমহূম পোম্নকপদি ঈ শেংম্নবা, মরাই তারবা মীওইদা খোকল্লি। অহ্গা কঙ-হৌদিহ্ হকচাংদগী লৌথোকখিনবা, তাম্থোকখিনবা মতং অমা ওইনা লৈ। মনুং-মপাল শেংনা থম্নিবা হকচাং অদুদা খোই-মহূম ওইনা থক পোম্নোই।

লায়রেং— ঈ শেংদবা মীওইদনা, খোই-মহূম তৌরগা ঈ শেংনবা লাক্লগা অহূম কম্নবনি। লায়না অকবা কয়াগ্না লোয়নমা

খোই-মহুম মায়কপা য়াম্না য়াওয়কই। অহুবু মশা ফনবা মরুওইনা লৌখৎলবদা খোই-মহুম অহু করিস্থু তোদনা অহুম ফজখি। নাই চায়গা নাই লৌখোল্লগা চামথোক্তুনা থম্বীয়গা অহুম ফজখি। মকম অহুদা চীকপা লাবহু এপ্‌সোম্‌ সোল্ট থয়া চম্রা অমগী মশা কুপ্না শোইবগা এলুমিনিয়ম নম্ববা কোল নক্ষগা পাত্র অমদা শাইল্লগা থোম্বীয়ু। চীকপহু পুং থরগী মথুংদা ফখিগনি। নাই চাবা ভাবগা ৎনা চাগনি, চাক্রগা হঙ্কিনহনগনি। মথুংদা লৈবা নাই মপানলোমদা পুখোরকনি। অপোম্বগী খ্বাইদগী লুবদি মসিদনি। চয়া হেন্দোকপনা খ্বাইদগী ফৈ। ঈশিংদা থক্তুনা লায়হৌ হেক লেম্না মতুং পুং ২৪ কাওবা চয়া হেনবিয়ু। নাখিবা মফম অহুগী চীকপা, পোমখৎপা অহু ফগৎলক্লবদা হায়বদি খুদম মুংচাইতবহু হম্বয়কপা মতুং মুমিৎ কয়া চয়া হেল্লবদি ঈ অহু শেংদোকপা ওমহল্লি। কন্ত-হৌদি অহু লোইনবা লৈখোকখিবদা ভেংবাংই। চয়া হেনবা মতুংদা শঙ্গোমদা লৈবনা খ্বাইদগী ফৈ। শঙ্গোম থক্লিবৈদা এনেমা তৌবা কায়গনি। অশেংবা মুংশিন্তা পোখাহুনা লৈহনবনা খ্বাইদগী ফবা মতেংনি।

লাইহৌ কয়গা অপোম্বা হন্থক্রবদি পোকখায়গদৌবগী মতৌব তুমখৎলক্লবদি চয়া হেনবা ভোক্লগা মনা-মশিং, হৈনা নয়া চায়গা মতুংদা শঙ্গোম ওক্তা থক্তুনা লৈগনি। মহুত্তনা খোই মহুমদগী কন্তহৌদি, নাই অহু খোকহনবা হেনগনি ; ফবা থুগনি। 'মবৈদা দাগ লৈহম্দবস্থু হেনগনি। শঙ্গোম চানীংক্রগা

হৈ, মনা-মশিংনা নম্না চাহনবা য়াই। শঙ্গোম নক্রগা মনা-মশিং পীজবগা লোয়ননা উনশা অহৃনম্ব কক্ত হৌদি শেংদোক্লবগী মতেঙ পীবিকম থোকই। 'ওয়েট সিট পেক" নীতিগী পীহুনা হুমিং ৭/৮ নিয়োম থমগনি। য়াম্না শোন্থরবদি "হোট ব্লাংকেট পেক" তৌবিবা য়াই। অপোম্বা অহৃ মসি কাওবা ফক্রবদি ইপসোম্ সোল্ট হাপ্না ঈশিং অশাবদা লূপ্না ফদি অমা মিনিট ২০/৩০ থোমগনি। নোংমদা অমুক অমুক হুংথিল অনিমক্তা থোম্বীয়্। লৈথোকপা থূদিংগী অঙৈংবা ঈশিংদা লূপ্না থূদৈনা মিনিট ১ত্তং থোম্বীয়্।

(Echinacea cerate) এচিনেসিয়া সেরেট ড্রেশিং তৌবনা অপোম্বা অসি মতোন ভুমথংহন্দুনা নাই থোকহনগনি। ইঞ্চি ১০ গী স্কার ওইহন্দুনা পেক অহৃনা অপোম্বগী নাক-য়েত্তা মকম থরা চাউনা, কন্ না পাকনা) থোমগনি। লায়হৌ লৈত্রবা মতমদা পুংশা য়াইবা য়াই। চয়োল্দা হুমং ঙনবা ঈশিং অশাবদা হকচাং পূম্বা হুপ্তুনা (ইকশম কাওবা) মেগ্‌সলফ্ হাপ্তুনা মিং ১০/২০ হুমিং ৫/৬ নিতিগী লূপ্না য়াই। অস্তুম্না মশা ফনবা ফক্ত হৌদি শেংদোক্লবা হোংনরবদি থাঙ থাবগী দরকার লৈতে। অহৃগা অপোম্বা অহৃদগী য়েংহুনা লায়য়েংবা লাক্লি। ঈ শেংদোক্লবা লাক্লগনি। মসিগী মতুংদা হিংনবগী পাঙ্গল হেনগংনবা অমস্তুং অনাবা চঙবা থিংবা ওয়বা রুটিন অমা লৌথংকদবনি। চাবা-থকপা শাজেন্দা পূক্লীং থব্রায়গী পাঙ্গল হেনগংহল্লু।

চীন, লৈ পোকথোকপা (Canker)— চীন-লৈ, থজাইগী মহৃংথংবা উনশাদা শোকপা চীন মহুংদা লৈদা, চীনবানদা, য়ারীদা

পীক্লা পীক্লা চাথংপগুম পোকথোকপা হায়বসি মাওমবা থুংডাইতবা লাইনাদি নত্তবা পূক্লা নুংশিং অমস্তং অশীনবা কাবদগী তৌবনি। নুমিৎ ২/৩গী মনুংদা অহুম ফজখি। ঈশিং অঈংবা চীন্দা উম্লগা মনুংদা ঈশিং অহ্ অহুম চীম্না, লৈনা ওংপা নক্লগা থক্লাই পে ডথোক-পোণ্ডশিন তৌহুনা শাম্নবিয়ু। ঈশিং অঈংবা নক্লগা লুপাহিদাকী সোলুসনস্থ য়াই।

হেক-হেক য়াথবা (Catalepsy)— ইশানা লেঙজবা ঙম্বা তোং পূম্নমক ফাজ্রিন্দুনা লেঙবা ঙমদবা অমস্তং শোকই হায়বা থঙদবা মরীশিংগী থুংডাইতবা ফাঙম অমনি। মসি হিস্তরীয়া লাক্লমদাইগী মওং অমনি। পূং খরা, নুমিৎ খরা, চয়োল খরা মওং অসিদা মীতা মীতাগী ওইনা লৈ। মী অহুগী লৈরিবা মওং অহুদা লানবদগীনি। থোইদোক-হেন্দোক্লা য়াথন লানবদগী হকচাং পূম্নমক মথুম-মরাঙ হৌবা কিয়েন খংগনবা, শাওগনবা, কপচেংপা অসি, মশা অপূম্বা ফঙ হৌদিনা হু চাইবগা লোয়ননা পুরকই। করিগুম্বা কালদা তৌজনীংবা হায়জনিংবা নমশিন্দুনা থম্বা অমস্তং খিংবিবদগী, অমস্তং অয়ানবা য়াথল তৌবদগী পোকপা ওইনা তোই। হকচাংলোমদগী ল্যাকপনা চা, চুরূপ, কোফী, য়ু, অহিং থেঙনা মিশেন খাঙহনা লৈবা জুয়ার শাম্নবগুম্বা, মখুম-মরাঙ হৌবা হয়াঙ ঙয়াম্বা, কুমৈ অহুপা অমস্তং য়াম্লা কা-হেনবা মওং চাদবা সেয়কী খবক্লা হৈনবদগী পুরকই। খুদম — অমনা হেক হৌগিবা লৈরিবা হকচাংগী কিকমদা অহুম লৈ। অতোপ্পনা [illegible] অহু থুংডহিনবা কাওবদা